



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCULTURALES
DE LOS ADULTOS DEL CASERÍO UCRU WELLAP-
HUARAZ-ANCASH, 2018**

**TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OPTAR EL
GRADO ACADÉMICO DE BACHILLER EN
ENFERMERÍA**

AUTORA

SIFUENTES GREGORIO, JENNY HILDA
ORCID 0000-0001-8696-8634

ASESORA

HENOSTROZA RODRIGUEZ, PATRICIA
ORCID: 0000-0003-3661-2087

HUARAZ – PERÚ

2019

EQUIPO DE TRABAJO

AUTORA

Sifuentes Gregorio, Jenny Hilda

ORCID 0000- 0001-8696-8634

Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, Estudiante de Pregrado

Huaraz, Perú

ASESORA

Henostroza Rodríguez, Patricia

ORCID: 0000-0003-3661-2087

Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, Facultad Ciencias de la

Salud, Escuela Profesional de Enfermería, Huaraz, Perú

JURADO

Cano Mejía, Alejandro Alberto

ORCID: 0000-0002-9166-7358

Molina Popayán, Libertad Yovana

ORCID: 0000-0003-3646-909X

Velarde Campos, María Dora

ORCID: 0000-0002-5437-0379

FIRMA DE JURADO Y ASESOR

Mgr. Alejandro Alberto Cano Mejía
PRESIDENTE

Mgr. Libertad Yovana Molina Popayán
SECRETARIA

Mgr. María Dora Velarde Campos
MIEMBRO

Mgr. Patricia Henostroza Rodríguez
ASESORA

AGRADECIMIENTO

A Dios, por darme la oportunidad de vivir y por estar conmigo en cada paso que doy, por fortalecer mi corazón e iluminar mi mente.

A la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote que me acogió en esta etapa de formación académica. A toda la plana docente de la Escuela Profesional de Enfermería.

Agradezco a la docente tutora, por su apoyo y orientación para llevar acabo la presente investigación y lograr mis objetivos.

Gracias a mis Padres: Juan Sifuentes Cadillo y Braulia Gregorio Chávez por siempre estar a mi lado apoyándome en todo momento, porque sin la ayuda de mis padres nada de esto sería posible.

Agradezco a los adultos del Caserío Ucru Wellap Independencia Huaraz por participar a la presente investigación durante la realización de las encuestas, y al puesto de salud por brindarme el informe estadístico.

DEDICATORIA

A La virgencita por guiarme en cada paso que doy, por ser mi abogada ante el Padre, Hijo Y Espíritu Santo, para que me de vida y las ganas de seguir adelante sin desanimarme.

A mi mamita por haberme apoyado en todo momento, por sus consejos sus valores, por la motivación constante que me ha brindado para ser una persona de bien.

A mi hija preciosa por darme la oportunidad de ser madre por ser mi fortaleza para seguir adelante, y no rendirme a mitad del camino.

RESUMEN

El presente estudio de investigación de tipo cuantitativo, descriptivo, diseño de una sola casilla, tuvo como: Objetivo general: Determinar los Estilos de Vida y los Factores biosocioculturales de los Adultos del Caserío Ucu Wellap Independencia Huaraz. La Muestra Estuvo Conformada por 120 adultos mayores. Donde se aplicó dos instrumentos: Escala de estilos de vida y cuestionario sobre factores biosocioculturales. Se utilizó la Técnica de Entrevista y la Observación. Los datos fueron procesados en una base de datos Microsoft Excel para luego ser exportados en una base de datos SPSS versión 25.0. Para el Análisis de los datos se Construyeron tablas de distribución de frecuencias absolutas y relativas para su mejor comprensión. Conclusión: La mayoría de las Personas Adultas de Caserío Ucu Wellap, tiene estilo de vida no saludable, y muy pocas personas tienen estilo de vida saludable. En cuanto a los Factores Biosocioculturales de los adultos(as). Del Caserío Ucu Wellap. Se observa que la mayoría de los adultos encuestados tienen una edad comprendida entre 36-59 años, más de la mitad de población son de sexo femenino, la gran mayoría tiene grado de instrucción secundaria incompleta, la mayor cantidad de personas manifestaron que profesan la religión católica, existen más personas que refiere ser casado, en cuanto a la ocupación más personas se dedican a la labor doméstica de su casa y la mayor cantidad de personas refieren que tienen un ingreso económico de 100 a 599 soles.

Palabras claves: Adultos, Estilos de Vida, Factores Biosocioculturales.

ABSTRACT

The present research study of a quantitative, descriptive type, design of a single box, had as follows: General objective: To determine the Lifestyles and the Biosociocultural Factors of the Adults of the Ucru Wellap Independencia Huaraz Farmhouse. The sample consisted of 120 older adults. Where two instruments were applied: Scale of lifestyles and questionnaire on biosociocultural factors. The Interview Technique and Observation were used. The data was processed in a Microsoft Excel database and then exported to an SPSS version 25.0 database. For data analysis, absolute and relative frequency distribution tables were constructed for better understanding. Conclusion: Most of the Adult People of the Ucru Wellap Farmhouse have an unhealthy lifestyle, and very few people have a healthy lifestyle. Regarding the Biosociocultural Factors of adults. From the Ucru Wellap farmhouse. It is observed that the majority of the adults surveyed are aged between 36-59 years, more than half of the population are female, the vast majority have incomplete secondary education, the largest number of people stated that they profess the religion Catholic, there are more people who report being married, in terms of occupation, more people are dedicated to domestic work at home and the largest number of people report that they have an economic income of 100 to 599 soles.

Keywords: Adults, Lifestyles, Biosociocultural Factors.

ÍNDICE

AGRADECIMIENTO	iv
DEDICATORIA	v
RESUMEN	vi
ABSTRACT	vii
I. INTRODUCCION:	1
II. REVISIÓN DE LA LITERATURA	10
III. METODOLOGÍA	29
3.1. Diseño de la Investigación	29
3.2. Población y Muestra:.....	29
3.3. Definición y Operalización de Variables	30
3.4. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos	35
3.5. Plan de Análisis.....	37
3.6. Matriz de Consistencia.....	38
3.7. Principios Éticos.....	39
IV. RESULTADOS	41
4.1. Resultados	41
4.2. Análisis de los Resultados.....	44
V. CONCLUSIONES	62
ASPECTOS COMPLEMENTARIOS	63
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	65
ANEXO	81

ÍNDICE DE TABLAS

	pág
TABLAN°01.....	39
ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CASERIO DE UCRO WELLAP HUARAZ -ANCASH, 2019.	
TABLA N° 02.....	40
FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DEL CASERIO DE UCRO WELLAP HUARAZ - ANCASH, 2019.	

I. INTRODUCCION:

El presente trabajo de investigación de tipo cuantitativa, de nivel descriptivo, con diseño de una sola casilla. La muestra estuvo conformada por 120 adultos del Caserío Ucu Wellap Huaraz Ancash. Se les aplico dos instrumentos: Escala de estilo de vida y Factores Biosocioculturales. Utilizando como Técnica la entrevista y la observación. Los datos fueron procesados en una base de datos Microsoft Excel para luego ser exportados en una base de datos SPSS versión 25.0.

En la actualidad, los adultos sufren cambios ocasionados por el desarrollo de los avances tecnológicos, cambios que representan un peligro en su estilo de vida. Sobre todo, en su alimentación; ya que los lleva al facilismo en todo aspecto., pues todos están ocupados con la tecnología (celular) distrayendo la atención que sus necesidades fisiológicas merecen, obteniendo como resultado la malnutrición por déficit de nutrientes o por exceso de calorías.

Estilos de vida es el conjunto de pautas y hábitos comportamentales cotidianos de una persona, Vinculados a los hábitos de salud, incluyendo tanto aquellos comportamientos que implican un riesgo como aquellos que son promotores de salud. Este es el conjunto de patrones de conducta que caracteriza la manera general de vivir de un individuo o un grupo, por tanto, el estilo de vida es de naturaleza conductual, observable, y modificable, viene determinados por las actitudes, valores y las motivaciones de los individuos (1)

La conducta, para los humanistas como Abraham Maslow, no es totalmente predecible como postula Burrhus Frederic Skinner y otros

conductivas con sus enfoques mecanicistas que indican que la conducta no solo es predecible, sí que también se puede medir, así como reproducir los modelos experimentales con idénticos o similares resultados. La experiencia personal, individual es de bastante envergadura para los humanistas (2)

La organización mundial de la salud (OMS). Define los estilos de vida como una forma general de vida basado en interrelación mutua entre las condiciones de vida y los patrones individuales de conducta determinada por factores socioculturales, biológicas, psicológicas, emocionales y características personales, objetivos que tiene La persona, Expectativas normas, inquietudes. Así mismo los estilos de vida son determinandos por la presencia de factores de riesgo (3, 4).

Respecto a los factores biosocioculturales se divide en tres partes fundamentales, biológico que son edad, sexo, que serían uno de los factores para adoptar hábitos saludables, en lo cultural referidas al grado de instrucción y religión de la persona, en lo social estado civil, ocupación e ingreso económico. El ingreso económico es muy importante para satisfacer las necesidades básicas de la persona (5).

En México 2018. 12% de niños menores de 5 años y 65% de las mujeres adultas tiene sobrepeso u obesidad, 15% de las mujeres en edad fértil padecen anemia, a nivel mundial 41 millones de niños menores de cinco años tiene sobrepeso, el 42,4% realiza deporte y caminata, el 59,6% realiza ejercicios por salud, 19,0% por diversión y el 17,6% por qué se siente motivado, el 82% consume tabaco, 69,4% la cocaína (6).

En Lima (2018). Solo el 39% de los Peruanos realizan algún deporte o ejercicios mientras el 61% se mantienen sedentarias no practican deporte ni caminan, en cuanto a la educación el 4,1% de niños no saben leer ni escribir, el 37% solo termina la primaria, con relación a la situación de la alimentación el 87,1% refieren que consumen frituras, en cuanto a personas que padecen diabetes mellitus en Lima 4,6%, costa 2.5%, selva 2.5%, personas con hipercolesterolemia en la costa 23,7%, Lima Metropolitana, 20,2%, en relación al sobrepeso, el 51.8% de las personas mayores de 20 años tienen sobrepeso u obesidad con un (IMC>25), el 26,3% de la población nacional manifiesta haber fumado, el 96,1% de las personas encuestadas refieren haber bebido bebidas alcohólicas, el 21,2% padecen hipercolesterolemia prevalece más en mujeres con un 21,6% y en varones es menos con un 17,5% (7).

En Ancash. El 15% de las madres mueren en la maternidad, presentan caries dental 64,8%, tiene desnutrición infantil los < 5 años 21,86%, < de 5 años tienen anemia el 42.8%, son gestantes 33,8%, personas que reciben tratamiento de hipertensión arterial el 91,1%, reciben tratamiento para controlar diabetes mellitus 90.2%, sufren violencia familiar 72,4%, padecen trastornos depresivos 16% una cifra muy elevada de niños presentan déficit en sus habilidades sociales 93.3%, personas que presentan problemas de salud mental y psicosociales, 87,5% de personas presentan trastornos de comportamiento debido al consumo de alcohol, el 43,3% de niños menores de 5 años tienen anemia, el 30,4% tienen desnutrición crónica y el 18,2% son de extrema pobreza (8).

En la presente Investigación Realizada en el Caserío Ucu Wellap Independencia – Huaraz Ancash. Se obtuvieron los siguientes resultados de las (120) personas adultas participantes en el estudio, el 15% (18) personas adultos (as) tienen un estilo de vida saludable y un 85% (102) personas adultos (as) tienen un estilo de vida no saludable. En cuanto a los factores biosocioculturales de los adultos del caserío Ucu Wellap, de la provincia de Huaraz. Se observa que el 41,6% de los adultos encuestados tienen una edad comprendida entre 36-59 años, el 58,4% son de sexo femenino, el 33,4% tienen grado de instrucción secundaria incompleta, se observa también que el 79,2% profesan la religión católica, mientras que el 35% son de estado civil casado, el 33,4 % son amas de casa y el 50% de los adultos tienen un ingreso económico de 100 a 599 soles

Para su mejor entendimiento, la presente investigación se ha estructurado en Capítulo I: Introducción, en dónde se habla de la caracterización de los problemas, el enunciado del problema, los objetivos y la justificación de la investigación; Capítulo II: Revisión de la literatura; donde se considera los antecedentes y la base teórica; Capítulo III metodología; Donde se considera tipo y diseño, población, muestra, definición y operacionalización de variables, técnicas e instrumentos de la recolección de datos, procedimiento, análisis de datos y principios éticos. Capítulo IV: Resultados; donde se presentan los resultados en tablas y los análisis de los resultados. Capítulo V: Conclusión y finalmente las referencias bibliográficas y anexos. Esta investigación es muy importante ya que servirá para modificar las conductas

insanas de las personas.

La salud de toda la población peruana es un reflejo de su realidad social, se ha alcanzado una importante mejora en algunos indicadores de salud del país, sin embargo, las grandes diferencias que enmascaran los promedios nacionales ocultan las inequidades existentes en salud, la probabilidad de muerte y enfermedades está en función de factores como el estrato socioeconómico, la condición de ruralismo, el género y el nivel educativo en que se encuentran las personas y las comunidades (9).

A esta realidad no es ajeno el Caserío de Ucu Wellap. Ubicada en el Distrito Independencia Provincia de Huaraz a este Caserío brinda su servicio de salud. Centro de Salud Palmira., Limita por el Norte: Con el Caserío de San Gerónimo por el sur Limita: Con el Caserío de Póngor. Por el este: Con el Caserío Shecta. Por el o este limita con la franja marginal., del Rio Santa y el Reciclaje.

El Caserío de Ucu Wellap está organizado a través de sus Autoridades que ellos mismos eligen, entre ellos se encuentran el Presidente, Visi Presidente, la Secretaria, los Vocales. En Ucu Wellap a su vez existe el retrato de la Virgen de la Asunción y cruces que salen de procesión cada año junto a los pobladores. Rezan siempre que vean necesario pedir a la patrona por cualquier problema que se les presente en la vida diaria ya que ella nunca les niega ningún favor pedido.

En cuanto al saneamiento básico actualmente cuenta con: Servicio eléctrico, no cuenta con servicio telefónico, cuenta con agua entubada menos

desagüe y recolección de basuras lo realizan al aire libre, algunos para poder eliminar la basura lo queman en su chacra, no pasa el cambi6n recolector de basura por lo que la zona est6 en riesgo de contraer enfermedades infecciosas y los residuos org6nicos le sirven de guano para cultivar sus chacras.

La fiesta del aniversario es el 15 de agosto ya que es la fiesta principal de la Virgen de la Asunci6n, Patrona de este Caser6o, lo celebran con una procesi6n rezo del santo rosario y misa; con un compartir que es realizada por los mayordomos que cada a6o es renovado, siempre hay la presentaci6n de danzas como por ejemplo los Shacshas que son realizadas por los pobladores mismos o vienen de otros lugares contratados por el mayordomo.

La presente poblaci6n de estudio pertenece al centro de Salud Palmira y este establecimiento de salud cuenta con amplios ambientes y equipos de salud, los servicios que brindan son: Medicina, Ecograf6a, Ginecolog6a, Obstetricia, Control de Crecimiento y Desarrollo del Ni6o y Adolescente, Inmunizaciones, Servicio dental, Planificaci6n Familiar, Admisi6n, Triage, Farmacia, T6pico de Enfermer6a, Servicio de Emergencia, otros. En los servicios de laboratorio se realizan examen de hemograma, examen de orina, heces, entre los recursos humanos cuenta con Odont6logas, M6dicos, Licenciadas en Enfermer6a, Personal de Psicolog6a, T6cnicas de Enfermer6a, Personal de Farmacia, Personal Estad6stico, Personal de Limpieza y otros Profesionales, de turno diurno, est6 construido de material noble, cuenta con internet, Luz agua, desagüe, alumbrado p6blico, alumbrado dentro de la instituci6n y es de categor6a nivel 1-3.

Según los datos estadísticos obtenidos en el puesto de salud sobre prevalencia de enfermedades más comunes, encontramos en las personas adultas que viven en Centro Poblado de Ucu Wellap, los problemas de salud que más se presentan son: Infecciones Respiratorias Agudas (IRAS) (30%), Enfermedades Diarreicas Agudas (EDAS) (20%), Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) (5%), hipertensión arterial (7%), Caries dental 40%, enfermedades cardiovasculares (30%) (10).

Frente a lo expuesto se considera pertinente la realización de la presente investigación, planteando el siguiente problema:

¿Cuáles son los estilos de vida y factores biosocioculturales que tienen los adultos del Caserío Ucu Wellap Huaraz-Ancash, 2018?

Para dar respuesta al problema se ha planteado el siguiente objetivo General.

Determinar los estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Caserío Ucu Wellap Huaraz-Ancash,

Para conseguir lograr el Objetivo General se ha planteado los siguientes Objetivos Específicos:

Valorar el estilo de vida de los Adultos del Caserío Ucu Wellap Huaraz-Ancash.

Identificar los factores biosocioculturales: Edad, sexo, nivel de instrucción religión, estado civil, ocupación e ingreso económico. De los adultos del Caserío Ucu Wellap Huaraz-Ancash.

Esta investigación se realizó en el Departamento de Ancash en el Caserío

Ucru Wellap Huaraz-Ancash. Para dar a conocer y compartir experiencias con la investigación realizada en este Departamento y compartir los resultados obtenidos. Esta información será valiosa para darnos cuenta de la importancia que le damos a nuestros estilos de vida. Así mismo permitirá generar nuevos conocimientos en los profesionales de la salud para concientizar los problemas de salud que afecta a la población de estudio.

Será de mucha importancia los resultados obtenidos ya que a partir de ellos se podrán implementar estrategias de solución frente a los problemas de salud que aquejan a los participantes. En los profesionales de la salud, permitirá identificar problemas de salud que presenta la población de estudio y dales alternativas de solución. En la población de estudio, concientizará a modificar conductas insanas que tienen la mayoría de los participantes a la presente investigación.

A los futuros estudiantes de enfermería les servirá como referencia para que ellos puedan realizar su investigación relacionado con el presente estudio, les hará sentir más motivados y animadas a investigar este tema. A las Autoridades Regionales y Municipales, concientizara a tomar medidas preventivas y plantear estrategias de solución que ayuden a modificar las conductas y hábitos insanos que tienen los participantes a la presente investigación.

Además, esta investigación será compartida con las autoridades regionales, Municipales, de Ucru Wellap - Independencia - Huaraz, con Centro de Salud Palmira, con la biblioteca de la Universidad Católica los

Ángeles de Chimbote y todas las personas que se muestren interesados en esta investigación ya que mediante los resultados obtenidos se busque concientizar a la población de estudio, sobre la importancia de modificar los hábitos y conductas insanas.

II. REVISIÓN DE LA LITERATURA

2.1. Antecedentes de la investigación:

Investigación actual en el ámbito extranjero:

Se encontraron los siguientes estudios relacionados a la presente investigación.

Laguado E., Gómez M. (11), en su investigación titulada: Estilos de vida saludable en estudiantes de Enfermería de la Universidad Cooperativa de Colombia - Sede Bucaramanga. 2016. Cuyo objetivo es: Determinar Estilos de vida saludable en estudiantes de Enfermería de la Universidad Cooperativa de Colombia - Sede Bucaramanga. Tipo de estudio. Descriptivo, transversal.

Concluye: En la etapa universitaria diferentes factores interfieren para mantener una vida saludable. En los estudiantes de Enfermería del estudio, los hábitos saludables no son realizados de forma rutinaria, considerándose estos como no saludable según lo propuesto por Nola Pender. Los datos encontrados potencian las conductas de riesgo para enfermedades crónicas no transmisibles, que pueden interferir para la disminución de discapacidad y mortalidad como consecuencia de estas patologías.

Álvarez G. (12), en su estudio titulado. Estilos de vida saludable en los estudiantes internos de enfermería de la Universidad de Guayaquil. 2015. Cuyo objetivo principal es. Determinar el estilo de vida saludable en los Estudiantes internos de Enfermería de la Universidad de Guayaquil. 2014-2015. Para este estudio se empleó metodologías de tipo cuantitativa con

modelos explicativos y descriptivos, y ejes transversales.

Resultados. En lo que respecta la alimentación, se observó que el 50% casi siempre consumen comida chatarra, el 60% realiza ejercicio como la caminata y 40% no ejecuta ningún tipo de ejercicio vigoroso, es decir, que 63% de estudiantes internos con sobrepeso y el 20% de obesidad tipo I es causado por los malos hábitos alimenticios y el sedentarismo, identificándose que a veces el 40% a pesar de dormir bien no encuentra descanso, el 80% siendo índice de riesgo a veces tiende a deprimirse, en momentos de estrés a veces el 30% muestra una actitud agresiva y 40% casi siempre muestra una actitud con enojo, el 80% son sexualmente activos, evidenciando un gran riesgo de un 60% que no utiliza preservativo, es decirse notó que los estudiante llevan estilos de vida desordenados, aumentado el riesgos de desarrollo de afecciones y enfermedades crónicas.

A nivel nacional se encontraron los siguientes resultados:

Taco, Z., y Vargas, R. (13), en su trabajo de investigación titulada: Estilos de Vida y Estado Nutricional del Adulto Mayor en el Distrito de Polobaya. Arequipa, 2015. Cuyo objetivo fue: Determinar la relación entre el estilo de vida y el estado nutricional del adulto mayor del distrito de Polobaya, Arequipa 2015. Tipo de estudio. Cuantitativo, diseño correlacional, de corte transversal. Conclusión: el 55% están entre 70 a 79 años, el sexo masculino es predominante con 57.5%, el 40% son casados, el 42.5% sólo tienen estudios primarios, el 68.8% trabajan de forma independiente, y el 66.3% no padece de una enfermedad diagnosticada.

El 70% de los adultos mayores tiene un estilo de vida no Saludable, mientras que sólo 30% lleva un estilo de vida saludable. De la población estudiada, un alarmante 62.5% presentan sobrepeso. Lo más significativo en los resultados es que, en todas las dimensiones del estilo de vida, gran parte de los adultos mayores que presentan sobrepeso llevan un estilo de vida saludable; sin embargo, no se encontró relación ($P=0.81$) por lo que se comprueba la hipótesis que no existe relación entre el estilo de vida y el estado nutricional en los adultos mayores del distrito de Polobaya.

Ramos, C. (14), en su investigación titulada: Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto. Sector VI. Chonta. Santa María, 2016. Cuyo objetivo fue: Determinar Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto. Estudio de tipo cuantitativo de nivel descriptivo. Obteniendo la siguiente conclusión: En los estilos de vida la mayoría de los adultos tienen un estilo de vida no saludable y un menor porcentaje estilos de vida saludables. En relación a los factores biosocioculturales tenemos que la mayoría son mujeres, profesan la religión católica y tienen grado de instrucción secundaria completa.

Más de la mitad son estudiantes, un poco más de la mitad son adultos maduros y menos de la mitad son convivientes y tienen un ingreso económico de 651 a 850 soles. No existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales. Motivo por el cual recomienda que, se debiera afianzar y fortalecer la educación sanitaria en los diversos sectores de la comunidad, con la participación

activa como alumno, interno, ceramista y licenciado en Enfermería.

Segura, L., Vega, J. (15), en su estudio titulado: Estilos de Vida del Adulto Mayor que Asiste al Centro de Salud San Luis – Lima – 2016. Cuyo Objetivo fue: Determinar Estilos de Vida del Adulto Mayor que Asiste al Centro de Salud San Luis – Lima. Tipo de estudio cuantitativo descriptivo. Llegando a las siguientes conclusiones: En general, la mayoría de los adultos mayores (58,9%) refieren tener un estilo de vida saludable, frente a un 41,1% que refieren tener un estilo no saludable.

Por dimensiones del estilo de vida: En su dimensión social el 54,7% califican como estilo de vida saludable, en su dimensión física el 81,1% tienen estilo de vida saludable y en su dimensión psicológica el 57,9% experimentan un estilo de vida saludable, por lo que instan a estas personas adultas a seguir manteniendo estilos de vida saludables para evitar el deterioro de su salud y promover su bienestar, asistiendo periódicamente a sus controles y chequeos médicos y demás servicios de salud

Investigaciones en el ámbito local

Flores N. (16), en su investigación titulada. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, la Joya – Arequipa, 2018. Objetivo: Determinar si existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del asentamiento humano Estrella del Nuevo Amanecer. Estudio cuantitativo, con diseño descriptivo correlacional. La muestra estuvo conformada por 115 adultos.

Concluyendo que: La mayoría de los adultos del Distrito de la Joya – Arequipa presentan un estilo de vida no saludable y un porcentaje mínimo presenta estilos de vida saludables. Respecto a los factores biosocioculturales menos de la mitad tienen secundaria completa con estado civil unión libre, de ocupación empleados con un ingreso económico entre 600 a 1000 nuevos soles; más de la mitad son adultos maduros de sexo femenino y la mayoría profesa la religión católica.

Ordeano C. (17), en su investigación titulada. Estilo de vida y Factores biosocioculturales de los Adultos del Caserío de Queshcap – Huaraz, 2018. Tuvo como objetivo: Determinar si existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del caserío de Queshcap. Tipo de investigación es cuantitativa, con diseño descriptivo correlacional. Siendo la muestra poblacional de 120 adultos, se aplicaron dos instrumentos: Cuestionario sobre factores biosocioculturales de la persona y la escala del Estilo de Vida. Concluyó: Casi la totalidad de población adulta del caserío de Queshcap –Huaraz (91%), tiene estilos de vida no saludables y sólo un mínimo porcentaje tienen estilos de vida saludables.

Respecto a los factores biosocioculturales menos de la mitad tienen primaria completa e incompleta, con estado civil casado, de ocupación agricultor con un ingreso económico entre 100 a 599 soles; más de la mitad son adultos maduros de sexo femenino y la mayoría profesa la religión católica. No hay relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales: edad, sexo, ocupación, e ingreso

económico. Si hay relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales: grado de instrucción, religión y estado civil.

Villacorta G. (18), en su estudio titulado: Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Centro Poblado de Cochac–Huaraz, 2018. Cuyo objetivo: Determinar la relación entre el estilo de vida y los Factores biosocioculturales de los Adultos del Centro Poblado de Cochac – Huaraz. Tipo de estudio. Cuantitativo, diseño descriptivo y de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 80. Se encontró las siguientes Conclusiones: La mayoría de los adultos del Centro Poblado de Cochac presentan estilos de vida no saludables un porcentaje mínimo presenta estilos de vida saludables.

En relación a los factores biosocioculturales: menos de la mitad son adultos jóvenes, más de la mitad son del sexo femenino, con grado de instrucción de secundaria completa, poco más de la mitad de adultos profesan la religión católica, con estado civil casados, de ocupación amas de casa y más de la mitad con ingresos económicos de 100 a 599 soles. No hay relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales: edad, sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico

2.2. Bases teóricas.

Se observa a los adultos que tienen hábitos nocivos en relación al

consumo de sus alimentos, que consumen lo que les gusta más sin que ello necesariamente sea lo más nutritivo; mayormente esta actitud es debida al desconocimiento. Se observa que los habitantes de zonas alto andinas venden sus productos de primera calidad para sustituirlo por comida chatarra por ello se debe priorizar la educación en salud y consejería sobre la alimentación balanceada para lograr modificar sus malos hábitos alimenticios.

La presente investigación según Pender N. Permite valorar los estilos de vida, basado en estilos de vida promotor de la salud que sería útil para las enfermeras asistenciales en las intervenciones de educación y apoyo emocional de los pacientes pueden afirmar acerca de la conducta que es el deseo optimista de alcanzar el más alto nivel de bienestar físico mental, para ello será necesario modificar las prácticas insanas (19).

El autor Lalonde M. Sugiere sobre los estilos de vivir y adoptar prácticas insanas como el consumo de (drogas, sedentarismo, alimentación inadecuada, estrés, conductas peligrosas, mala utilización de los servicios sanitarios) influirá, de manera negativa a ser vulnerable de padecer las enfermedades. El teorista considera como el proceso de modificar los patrones conductuales y hábitos que permitan mantener la salud en buenas condiciones, así como la toma de decisiones en mantener la actitud positiva se deberá practicar los valores y normas que dirigen las conductas humanas (24).

Para la psicología. El estilo de vida son las costumbres de los individuos ya sea individual y colectivo entre los factores personales más importantes para conseguir una vida saludable sería satisfacer las necesidades de ocio y las

relaciones interpersonales, sociales, adquirir las habilidades, y tener más creatividad, mantener el entorno del ambiente, saludable y mantener el orden y practicar la higiene en general, realizar la higiene personal el baño diario, para mantener la vida saludable y evitar el deterioro físico mental (21).

Así mismo. Pender, N. Deduce que los estilos de vida son patrones multidimensionales, acciones que la persona realiza a lo largo de su vida en la toma de decisiones sobre el control o descontrol de la conducta insana, cuando la conducta es poco adecuado, debería de preocuparnos y ponerle más control por que influye directa o indirectamente en la salud dependiendo de la categoría, del nivel intelectual que posee la persona, el carácter, experiencia individual o social, el reflejo de la conducta es manifestada por cada individuo de diferentes formas, ya que las acciones no son iguales en cada ser humano, porque todos pensamos distinto (19).

Según el Dr. Arellano R. Los estilos de vida son formas de ser, tener, querer y actuar compartidas por un grupo de personas. El estilo de vida, sería aquel patrón más o menos consiente de comportamiento que caracteriza al individuo en su forma de ser, expresarse y vestirse. Teniendo en cuenta los elementos psicológicos, los comportamientos y características externas, los cuales son determinantes y determinan la manera de ser y actuar futura de un individuo. Los comportamientos de cada individuo que tiene impacto en la salud se denomina estilos de vida, la manera como la gente se comporta con respecto a la exposición a los factores nocivos que representan un riesgo para la salud (20).

Según el aporte del Autor. Gonzales J. La enfermedad cardiovascular, los derrames cerebrales, las enfermedades crónico degenerativas, enfermedades metabólicas, son generalmente por el consumo de comidas chátaras y sustancias nocivas, son las primeras causas de muerte en la mayoría de los países de América, las tasas de morbimortalidad siguen en aumento en la población y están subiendo por todo el hemisferio. (21)

La Organización mundial de la salud. (OMS), refiere que los estilos de vida son un conjunto de actividades, actitudes y comportamientos que adoptan y desarrollan los seres humanos de forma individual o colectiva para satisfacer sus necesidades como seres humanos y alcanzar su desarrollo personal. Los estilos de vida relacionados con la alimentación, y el consumo de alcohol, tabaco; drogas, así como realizar o no actividad física, los riesgos del ocio y el riesgo ocupacional. (22)

Los estilos de vida relacionado al consumo de alimentos, que los humanos por desconocimiento priorizan el consumo exagerado de comidas chátaras que son totalmente perjudiciales para la salud de los individuos, en cambio el consumo necesario de los alimentos nutritivos ricos en hierro, frutas, verduras, productos de la pacha mama son muy beneficiosos para la salud, teniendo en cuenta el consumo moderado y la temperancia al consumir los alimentos ya que todo en exceso es dañino para la salud.(22)

La presencia de enfermedades con respecto a formas de vida poco adecuadas son causantes de los factores de riesgo referidos a tres tipos de conductas adictivas pero siempre modificables, el tabaquismo, una dieta

inadecuada y el sedentarismo por falta de actividad física, en especial las enfermedades cardiacas del corazón, accidente cerebrovascular (ACV), obesidad de tipo I, II Y III grado, la enfermedad de diabetes tipo II, síndrome metabólico, enfermedad pulmonar crónica obstructiva (EPOC), Cáncer de estómago, cáncer del cuello uterino, enfermedades metabólico, etc. (3, 4)

De acuerdo al autor Lalonde M. Conceptualiza a los estilos de vida como la forma de ser de una persona, también son las decisiones que toma cada persona puede ser correcta o incorrecta, si la persona decide lo correcto siempre será favorable para mantener su salud, en caso contrario será perjudicial para su salud, cuando la persona ejerce un control sobre las reacciones violentas que muchas veces tienen las personas por naturaleza misma para evitar la violencia es un hábito saludable. (24).

Lalonde M. Menciona que los estilos de vida presentan un conjunto de decisiones de las personas con respecto a su salud en la que ellos deciden poner cierto grado de control a lo perjudicial para su salud, el autor afirma que. Si la persona decide adoptar una forma de vida adecuado tendrá un nivel muy alto de salud en caso contrario si la persona decide adoptar un estilo de vida poco saludable será más vulnerable a enfermar (24).

Las personas manifiestas muchas de las veces, acciones violentas, es la naturaleza del ser humano, pero se debe darle un manejo de control. Para solucionar los conflictos y conseguir bienestar físico, mental y emocional. Si la persona opta por un estilo de vida saludable tendrá un alto nivel de salud, pero en caso contrario tendrá una vida menos saludable por lo que se vuelve

vulnerable a contraer diversas patologías

Para la Organización Mundial de la Salud (OMS). La forma de vida de los individuos empieza por la toma de decisiones que el ser humano decide para realizar sus mismas acciones pueden ser perjudicial o beneficioso para la conservación de su bienestar físico mental psicológico si las decisiones son correctas las personas conservarán la salud en óptimas condiciones en caso contrario llegara a enfermar. Un estilo de vida saludable son hábitos como la práctica habitual de ejercicio, una alimentación adecuada, con el consumo de alimentos sanos adquiridos de la pacha mama, salir a divertirse o bailar de manera moderada, practicar el autocuidado sobre todo en lo que respecta la higiene íntima, higiene bucal, el baño diario. (22)

Según la psicología. Para poder modificar las conductas es necesario poner empeño y mucho énfasis en el autocuidado, empezando por hacer cosas pequeñas y tener como guía la vida de los antiguos personas que tenían estilos de vida más saludables, que eran muy responsables en el cuidado de su salud. Lo que actualmente se ha perdido las conductas y hábitos saludables. Cuando no debería de perder estas costumbres sanas. En la actualidad no se preocupan por modificar sus conductas y hábitos insanos (26).

Así mismo la psicología define el estilo de vida como la actitud de los individuos reflejados por su conducta y su presentación. Son pautas de comportamiento que impacta la salud ha mediado del aumento de las enfermedades, más que todas las patológicas, consecuencias de las decisiones de actuar con conductas poco saludables debido a los hábitos poco saludables,

la falta de conocimiento que tiene la persona también la falta de economía (27).

El envejecimiento de la población se está acelerando en todo el mundo. Por vez primero en la historia la mayoría aspira a vivir más de 60 años. Las necesidades físicas no satisfechas por qué nos alimentamos a destiempo y alimentos poco saludables hábitos insanos como el consumo de frituras que son dañinas para la salud. Y sobre los valores porque hoy en día ya no se cumplen las normas establecidas ya desde tiempos de nuestros antepasados que por su puesto tenían un comportamiento adecuado y si cumplían con el los valores y tenían más respeto a las normas establecidas por las autoridades (28).

Si la persona se mantiene sedentaria y no caminan ni realizan ejercicios las personas van a estar siempre con problemas de salud, sobre todo cardiovasculares y metabólicos. Si no se alimenta lo necesario para mantener su salud o si tienen hábitos nocivos de consumo de tabaco, drogas, alcohol, comidas chátaras. En ese caso la persona se vuelve más vulnerable a padecer enfermedades cardiovasculares, obesidad, sobrepeso, diabetes mellitus, enfermedades infecciosas por la falta de práctica de hábitos de higiene (29).

Según la epidemiología. Los estilos de vida de las Personas son considerados como la agrupación de conductas y actitudes que cultivan los individuos en el trajín de su vida cotidiana, que podrían ser saludables y nocivas. Si las personas deciden adoptar estilos de comportamiento saludable prevendrán la enfermedad, de manera contraria tomando actitudes insanas son

más vulnerables a enfermarse (30).

Según los análisis de la epidemiología: El estilo de vida del sujeto en el proceso salud – enfermedad está relacionado directamente con la toma de decisiones de adoptar un comportamiento aceptable o inaceptable (insalubre), Además hacemos referencia a conductas que menguan los riesgos a enfermar practicando el control de emociones negativas, realizando ejercicios por día, como mínimo 30 minutos diarios, descansando de 7 a 8 horas diarias, saliendo a distraerse, evitando el consumo de sustancias nocivas como: alcohol, cigarros, cafeína y drogas (30).

Estilo de vida Según Bibeau y colaboradores. Son dimensiones colectivas propias de la sociedad comprende en poseer la economía, para satisfacer las necesidades humanas, es necesario contar con la economía suficiente, como la vivienda, alimentación y vestido para estar más saludables, libre de preocupaciones económicas muchas veces estresantes, también la influencia de las redes sociales, apoyo de instituciones, la expresión de ideas, valores y creencias que determinan las respuestas de comportamientos en la vida cotidiana de las personas. (31).

Tipos de estilos de vida

Estilos de vida saludables: Son hábitos y conductas, favorables que practican los individuos en el trajín de su vida cotidiana. Tales como: mantener una alimentación sana, equilibrada, practicar ejercicios, dormir lo suficiente, mantener higiene adecuado, tomar el sol matutino evitar el

consumo de hábitos nocivos, alcohol, tabaco, drogas, automedicación sin receta médica (31).

Estilos de vida no saludables: Son comportamientos hábitos nocivos o conductas inadecuadas que adoptan las personas en contra de su salud y en contra del mejoramiento de su calidad de vida, que conlleva a la persona al deterioro de su aspecto físico, fisiológico, psicológico y social, llevando a pérdidas de su integridad personal, la mayoría de las personas lo hacen por desconocimiento, la falta de tiempo, la falta de economía, por la falta de apoyo económico de parte de los familiares (32).

En la presente investigación existen seis dimensiones para adoptar un estilo de vida adecuado entre ellas: alimentación adecuada, consiste en una alimentación balanceada, un plato que contenga los seis nutrientes, Realización de ejercicios, caminar treinta minutos diarios manejo de estrés, tener responsabilidad de nuestra salud, apoyo interpersonal y autorrealización.

Dimensión de Alimentación: La alimentación es ingerir alimentos que nutren para mantener la homeostasis interna. La conducta de ingestión de alimentos es complicada, implica desde que se realiza la acción de compras de los alimentos su forma de preparar, la higiene de manos, higiene de los alimentos y la cantidad de los alimentos, cantidad que se consume. Estas acciones las determina el propio individuo con su entorno, ambiente sociocultural, se debe evitar el consumo de comidas chátaras, fáciles de preparar frituras, dulces, ya que contiene químicos perjudiciales para la salud (32).

Dimensión Ejercicios Físico. Es lo contrario a la inercia (sedentarismo), actividad del cuerpo, es estar en continuo movimiento, se realiza los ejercicios al caminar, se debe realizar al menos 30 minutos diarios, pues es importante para liberar toxinas y mantener la adecuada oxigenación del cerebro y demás órganos del cuerpo humano, el peso adecuado y prevenir enfermedades. Nuestro cuerpo es una máquina diseñada para el movimiento, el ejercicio tiene la finalidad de prevenir infartos y enfermedades cardiovasculares. Así mismo el ejercicio evita la obesidad y mantiene en forma la postura, oxigena las células del organismo, en cambio las inactividades producen mayor desgaste, por la acumulación de grasa en los vasos sanguíneos, además la falta de ejercicio te llena de estrés, por ende, no va ver una adecuada circulación y oxigenación de células (22).

Dimensión Manejo del Estrés. Es el autocontrol que practica el ser humano, la capacidad resolutive que tiene la persona para solucionar problemas conflictivas que se presentan en la vida cotidiana, con el fin de reducir la tensión causada por la situación conflictiva, es la capacidad resolutive en momentos difíciles que se presentan, la búsqueda de soluciones a los problemas para evitar problemas que puede causar alteraciones del estado emocional. El estrés es natural, un mecanismo de defensa, una respuesta del organismo ante agentes externos que turban la paz interior de la persona humana, genera respuesta automática ante condiciones externas desafiantes, que requiere esfuerzo físico y mental para hacerles frente, ya que perturban el equilibrio emocional de la persona (33).

Dimensión Responsabilidad en Salud. Es una acción que incrementa o reduce la incidencia de enfermedades y accidentes. Se refiere a la elección responsable de todo lo que percibimos como correctos para mantener la salud en óptimas condiciones; evitando lo perjudicial que pueden alterar nuestra salud. Si los hábitos son nocivos se deben modificar a hábitos saludables. También se deben poner más control a los comportamientos poco saludables, es también el autocuidado que realiza cada persona para mantener la salud entre ellas la higiene general o higiene por regiones del cuerpo humano, el chequeo médico dos veces al año como mínimo (34).

Dimensión Apoyo Interpersonal: Es la interacción de dos o más personas (socializar). Las relaciones interpersonales compartidas por los adultos en su vida diaria una persona es eminentemente social, por ende, debe interactuar socializar ideas con sus amigos, vecinos, por tanto, es la característica que nos hace diferentes a los demás seres vivos, el ser humano por naturaleza interactúa o intercambia ideas, así fortalece sus conocimientos por tanto si sabe mucho, debe ponerlo en práctica para educar a los demás (36).

Dimensión Autorrealización: Es la satisfacción de los logros o metas cumplidas que forman parte del desarrollo humano. Adaptación del adulto al medio ambiente que lo rodea a los cambios que le produce de acuerdo a su edad en el transcurso de su vida, desarrollando al máximo los propios talentos para obtener la satisfacción y bienestar personal alcanzando la superación. También es la autonomía que tiene cada individuo en la toma de decisiones, el ser humano por naturaleza es un ser autónomo nadie puede manipular ni

obligar hacer cosas que no le gusta (37,38).

Con respecto a la segunda variable de estudio factores biosocioculturales de los adultos, que para fines metodológico de este estudio se han considerado: Factores biológicos: Edad, sexo, factores culturales; religión, grado de instrucción, Factores sociales: Estado civil, ocupación ingreso económico. Estos factores incluyen directa e indirectamente en los comportamientos de los adultos tanto cognitivos, perceptual y psicológicamente. (39).

Características biológicas: los factores biológicos (edad-sexo) pueden hacer que varíe los comportamientos de los individuos, ya que los adultos tienen diferente idiosincrasia en la toma de decisiones para mantener la salud, no practican el autocuidado ya que se sienten viejos e ideas obsoletas, en cuanto al género las mujeres son más cuidadosas sobre el sexo masculino, por lo que en muchas ocasiones el varón es quien contagia a su pareja de infecciones intrauterinas gracias a que practican las costumbres de poligamia, es menester mencionar que la poligamia es solo admitido por el género masculino.(39).

En las investigaciones también se han encontrado diferencias en los estilos de vida entre varones y mujeres, por ejemplo, los hombres reportan mayor presencia en actividades físico-deportivas, más actividades extracurriculares, mejor calidad de sueño y consumen menos dulces, no obstante, presentan más actividad sexual riesgosa, consumen alcohol, cigarrillos y drogas ilegales, ingieren menos frutas y vegetales. Sin embargo,

también hay estudios que reportan que las mujeres consumen alcohol y, tenían peores hábitos que los hombres, pero son pocas (39)

Los Factores Ambientales: El medio ambiente es el lugar donde interactúan y habitan los seres humanos, es el entorno que los rodea. El medio ambiente es determinante de la salud, porque si el entorno está en medio de la basura tendemos a desarrollar epidemias y pandemias como la peste negra del S. XIV con el transporte de pulgas por medio de roedores a consecuencia del inadecuado hábito de higiene y eliminación inadecuada de residuos sólidos. La acción de la promoción y educación de la salud aumenta la creatividad de las personas y hace que se sientan más motivadas (40).

El Estado Civil: Es la situación de las personas determinadas por sus relaciones de familia, provenientes del matrimonio o del parentesco, que establece ciertos derechos y deberes. Es el estado de la persona. En cuanto a su estado civil puede ser de la siguiente manera: casado(a), soltero(a), viudo(a), divorciado(a), el lugar donde se registra el estado civil se le denomina: Registro de identidad y estado civil (RENIEC). Donde llevan los datos (41)

La Religión: Son creencias y prácticas sobre cuestiones de tipo existencial, moral y sobrenatural, es la fe que tienen a un ser superior desde la antigüedad el ser humano tuvo la necesidad de adorar un ser superior llamado Dios, demostrado por los incas que adoraron al sol como su dios, significa que la civilización siempre ha tenido y tiende a creer en un ser superior para explicar los fenómenos naturales (42).

El Nivel de Instrucción: Es el nivel de educación de una persona, es el grado de educación que ha estudiado la persona. Según los estudios realizados puede ser clasificados en niveles: Primaria, secundaria, superior; estas pueden ser completas e incompletas. La mayoría estudia solo primaria completa, secundaria incompleta, pocos estudian superior completa, añadiendo a lo anterior mencionado existe la analfabetismo esto a su vez en algunos. Influye sobre todo la economía. (43).

III. METODOLOGÍA.

3.1. Diseño de la Investigación

Cuantitativo: Investigación de tipo cuantitativo. Como la palabra lo indica, la investigación cuantitativa tiene que ver con la cantidad numérica, y, por tanto, su medio principal es la medición y el cálculo. En general, busca medir variables con referencia a magnitudes. Utiliza la estadística y el método deductivo (44).

Descriptivo: Se dice investigación descriptiva porque describe la situación de la población en estudio. consiste en observar y describir el comportamiento del fenómeno de estudio, su propósito es describir la realidad objeto de estudio, un aspecto de ella, sus partes, sus clases, sus categorías o las relaciones que se pueden establecer entre varios objetos, con el fin de esclarecer una verdad, corroborar un enunciado (45, 46).

Diseño de la investigación. Una sola Casilla. Se dice una sola casilla por que las variables no se van relacionar si no que van a ser considerados como una sola variable, también va a estudiar a una sola población.

3.2. Población y muestra:

Población:

La población para la presente investigación estuvo conformada por 120 personas adultas, quienes residen en el Caserío Ucu Wellap Huaraz Ancash. Y que cumplen con los criterios de inclusión.

Unidad de análisis:

Cada adulto que forma parte de la muestra y cumple con los criterios de inclusión.

Criterios de Inclusión

Adulto (a) > de 20 años que residieron en el caserío Ucu Wellap Huaraz-Ancash.

Adulto (a) que residieron más de 3 años en el caserío de Ucu Wellap Huaraz-Ancash.

Adulto (a) que firmó su consentimiento informado.

Criterios de Exclusión

Adulto (a) que presento alguna enfermedad.

Adulto (a) que presento problemas de comunicación.

Adulto (a) que presento Problemas neurológicos.

3.3. Definición y Operacionalización de Variables

Estilo de Vida de la Persona

Definición Conceptual

El estilo de vida es la base de la calidad de vida, los estilos de vida están determinados por procesos sociales, tradiciones, hábitos, conductas y comportamientos de los individuos y grupos de población que conllevan a la satisfacción de las necesidades humanas para alcanzar la calidad de vida (47).

Definición Operacional

Se utilizó la escala nominal

Estilo de vida saludable: 75- 100puntos

Estilo de vida no saludable: 25- 74 puntos

Factores biosocioculturales de los adultos:

Definición conceptual

Los factores Biosocioculturales son los procesos sociales, las tradiciones, los hábitos, conductas y comportamientos de los individuos y grupos de población que conllevan a la satisfacción de las necesidades humanas para alcanzar el bienestar del estado emocional de la persona (4).

Definición Operacional

Para fines de la presente investigación se operacionalizarón en los siguientes indicadores.

Factor biológico edad

Definición Conceptual

Se describe con la cantidad de años adquiridos por una persona cronológicamente a lo largo de su vida (48).

Definición Operacional

Escala de razón

Adulto Joven. 20 – 35

Adulto Maduro 36 – 59

Adulto Mayor 60 a más

Sexo

Definición Conceptual

Se define de la siguiente manera el sexo masculino producen gametos

masculinos (espermatozoides) mientras que los de sexo femeninos producen gametos femeninos (óvulos), los organismos individuales que producen tanto gametos masculinos como gametos femeninos se denominan hermafroditas (49).

Definición Operacional

Se utilizó escala nominal

Masculino

Femenino

Factores culturales religión

Definición Conceptual

Comprende las creencias y prácticas sobre cuestiones de tipo existencial, moral y sobrenatural (50)

Definición Operacional

Escala Nominal

Católica

Evangélico

Otros

Grado de Instrucción

Definición Conceptual

Son un proceso de enseñanza y aprendizaje que dota al individuo de cultura, lo instruye como un factor importante para el entendimiento (51).

Definición Operacional

Escala ordinal

Analfabeto (a)

Primaria incompleta

Primaria completa

Secundaria incompleta

Secundaria completa

Superior completa

Superior incompleta

Factores Sociales Estado Civil

Definición Conceptual

Son disposiciones jurídicas o por la vía de los usos y costumbres, estableciendo entre los cónyuges una serie de obligaciones y derechos (52).

Definición Operacional

Escala nominal

Soltera

Casada

Viuda

Unión libre

Separado

Ocupación

Definición Conceptual

Es fundamental para poder vivir en esta sociedad de consumismo. Necesitamos, comer, satisfacer nuestras necesidades de primer orden; ya

que es una necesidad básica para todas las personas; en las cuales la ocupación y las relaciones laborales tienen un peso bastante importante (53).

Definición Operacional

Escala nominal

Obrero

Empleado

Ama de casa

Estudiante

Agricultor

Otros

Ingreso Económico

Definición Conceptual

Es la cantidad monetaria que una persona mensualmente percibe producto de su trabajo. El término ingresos se relaciona tanto con diversos aspectos económicos, pero también sociales ya que la existencia o no de los mismos puede determinar el tipo de calidad de vida de una familia o individuo (54).

Definición Operacional

Escala de intervalo

Menor de 100 nuevos soles

De 100 a 509 nuevos soles

De 600 a 1,000 nuevos soles

Mayor de 1000 nuevos soles

3.4. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos

Técnicas:

En el presente trabajo de investigación se utilizó la entrevista y la observación para la aplicación de los instrumentos.

Instrumentos

En el presente trabajo de investigación se utilizaron 2 instrumentos para la recolección de datos que se detallan a continuación:

Instrumento N° 01

Escala del Estilo de Vida

Instrumento elaborado en base al Cuestionario de Estilo de Vida Promotor de Salud Elaborado por Walker, Sechrist y Pender, y modificado por las investigadoras de línea de la escuela profesional de Enfermería de la Universidad Los Ángeles de Chimbote; Delgado, R; Reyna, E. y Díaz, R. Para fines de la presente investigación y poder medir el Estilo de Vida a través de sus dimensiones como son alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud (Ver anexo N° 01).

Está constituido por 25 ítems distribuidos de la siguiente manera

Alimentación: 1, 2, 3, 4, 5, 6

Actividad y Ejercicio: 7,8,

Manejo del Estrés: 9, 10, 11, 12

Apoyo Interpersonal: 13, 14, 15, 16

Autorrealización: 17, 18, 19

Responsabilidad en Salud: 20, 21, 22, 23, 24, 25 Cada ítem tiene el siguiente criterio de calificación

NUNCA: N = 1

A VECES: V = 2

FRECUENTEMENTE: F = 3

SIEMPRE: S = 4

En el ítem 25 el criterio de calificación el puntaje es N= 4; V= 3; F= 2; S=1

Los puntajes obtenidos para la escala total resultan del promedio de las diversas respuestas a los 25 ítems, de la misma manera se procede en cada sub escala.

Instrumento N° 02

Cuestionario Sobre los Factores Socioculturales de la Persona

Elaborado por las investigadoras de línea de la escuela profesional de Enfermería de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; Delgado, R; Reyna E y Díaz, R para fines de la presente investigación y está constituido por 9 ítems distribuidos en 4 partes: (Ver anexo N° 02).

Datos de Identificación, donde se obtiene el nombre y la dirección de la persona entrevistada (2 ítems).

Factores biológicos; donde se determina el sexo y la edad (2 ítems).

Factores culturales, donde se determina la escolaridad y la religión (2 ítems).

Factores sociales, donde se determina el estado civil, la ocupación y el ingreso económico (3 ítems). (Ver anexo N° 2)

Control de calidad de los datos

Validez externa:

Se aseguró la validez externa por juicio de expertos presentando el instrumento a 4 expertos en el área a investigar, quienes con sus sugerencias brindarán mayor calidad y especificidad a los instrumentos (55).

Validez Interna

Para realizar la validez interna se realizó la prueba ítem por ítem total a través de la prueba piloto a una muestra similar a la población en estudio (55).

Confiabilidad

Fue medida y garantizada mediante la prueba de Alpha de Crombach, luego de aplicar una prueba piloto; y con el método de división en mitades.

3.5. Plan de análisis

Procedimiento de recolección de datos

Para la recolección de datos del presente trabajo de investigación se consideró los siguientes aspectos:

Se informó y pidió consentimiento a los adultos (as) de dicha comunidad, haciendo hincapié que los datos recolectados y resultados obtenidos mediante su participación son estrictamente confidenciales.

Se coordinó con los adultos (as) su disponibilidad y el tiempo para la fecha de aplicación del cuestionario.

Se realizó lectura del contenido o instrucciones de la escala y del cuestionario, para llevar a cabo las respectivas entrevistas.

Los instrumentos fueron aplicados en un tiempo de 20 minutos, la ejecución total de los instrumentos fue en un periodo de 5 días.

Procesamiento y análisis de los datos:

Los datos fueron procesados en el paquete SPSS/info/software versión 25.0, se presentaron los datos en tablas simples y se elaboraron gráficos para cada tabla. Para el análisis de los datos se construyó tablas de distribución de frecuencias absolutas y relativas luego se copió a Word para su mejor comprensión.

3.6. Matriz de consistencia

TITULO	ENUNCIADO DEL PROBLEMA	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECÍFICO	VARIABLES	METODOLOGÍA
Estilo de vida y factores biosocioculturales de	¿Cuáles son los estilos de vida y factores biosocioculturales	Determinar los estilos de vida y Factores Biosociocul	Valorar los estilos de vida de los adultos e Identificar	Estilos de vida y Factores Biosocioculturales.	TIPO: Cuantitativo Nivel. Descriptivo DISEÑO: De una sola

los Adultos del Caserío Ucu Wellap Huaraz-Ancash. 2018.	turales que tienen los Adultos del Caserío de Ucu Wellap Huaraz-Ancash, 2018?	turales de los Adultos del Caserío Ucu Wellap Huaraz-Ancash,	los factores biosocioculturales Edad, sexo, Grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico de los Adultos del Caserío Ucu Wellap Huaraz-Ancash,	casilla TECNICAS Entrevista y observación INSTRUMENTOS: Escala de estilo de vida Y cuestionario de factores biosocioculturales
---	---	--	--	---

3.7. Principios éticos

Durante la aplicación de los instrumentos se respetaron y cumplieron

los principios de ética, que son anonimato, privacidad, honestidad y consentimiento informado (56).

Anonimato

Se aplicó el cuestionario indicándoles a los adultos (as) que la investigación será anónima y que la información obtenida es solo para fines de la investigación, por ende ellos no deberán escribir solo las letras iniciales de sus nombres y apellidos.

Privacidad

Selebrindo información sobre la información obtenida atraves de la recolección de datos recibida en el presente estudio se mantendrá en secreto y se evitara la exposición o publicación respetando la intimidad de los adultos (as), siendo útil solo para fines de la investigación.

Honestidad

Se informó a los adultos que la presente investigación es con fines de recolección de datos con el objetivo de sacar un resultado sobre los estilos de vida para analizar finalmente que si los estilos de vida de la población de estudio son saludables o no saludables.

Consentimiento

Solo se trabajó con los adultos que aceptaron voluntariamente participar en el presente trabajo, así mismo sGe trabajó solamente con aquellos participantes a la presente investigación que firmaron su consentimiento informado, se le informó que el cuestionario es solo con fines de estudio a la población.

IV. RESULTADOS

4.1. Resultados

Tabla 1 Estilos de vida de los Adultos del Caserío Ucu Wellap Huaraz-Ancash, 2018.

Estilo de vida	Frecuencia
Saludable	18
No saludable	102
Total	120

Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado a los Adultos del Caserío Ucu Wellap Huaraz-Ancash. 2018.

Tabla 2 Factores Biosocioculturales de los Adultos del Caserío Ucu Wellap Huaraz-Ancash, 2018.

FACTORES BIOLÓGICOS		
Variable		
Edad	N	%
20-35 años	40	33,4
36-59 años	50	41,6
60 a mas	30	25
Total	120	100,0
Sexo		
Masculino	50	41,6
Femenino	70	58,4
Total	120	100,0
FACTORES CULTURALES		
Grado de instrucción		
Analfabeto	10	8,4
Primaria incompleta	15	12,5
Primaria completa	15	12,5
Secundaria incompleta	40	33,4
Secundaria completa	20	16,6
Superior completa	17	14,2
Superior incompleta	3	2,5
Total	120	100,0
Religión		
Católico (a)	95	79,2
Evangélico (a)	20	16,6
Otras	5	4,2
Total	120	100,0
FACTORES SOCIALES		
Estado Civil		
Soltero (a)	20	16,6
Casado (a)	42	35
Viudo	18	15
Unión libre	35	29,2
Separado (a)	5	4,2
Total	120	100,0
Ocupación		
Obrero	6	5
Empleado	4	3,4
Ama de casa	40	33,4
Estudiante	20	16,6

Continúa...

Agricultor	20	16,6
Otros	30	25
Total	120	100,0
Ingreso Económico		
Menos de 100	30	25
De 100 a 599	60	50
De 600 a 1000	20	16,6
Mayor de 1000	10	8,4
Total	120	100,0

Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechristg y Pender, modificado por: Delgado R, Reyna E, y Díaz R. Aplicado a los Adultos del Caserío de Ucu Wellap Huaraz-Ancash,2018.

4.2. Análisis de los Resultados:

La Presente Investigación realizada al Caserío Ucu Wellap Huaraz-Ancash. Se obtuvo los siguientes Resultados de los (120) personas adultas participantes al presente Investigación 15% (18). Personas adultas que participaron al presente estudio, tiene un estilo de vida saludable y el 85% (102). Personas participantes a la presente investigación tienen un estilo de vida no saludable.

El presente resultado sobre el estilo de vida de las personas adultos(as) de Ucu Wellap se asemeja al Análisis Realizado por la Autora: León K. (57). Que su Investigación Titulado: Estilos de vida y factores Biosocioculturales del adulto maduro en en Asentamiento humano Nuevo Amanecer Chimbote, 2017. Donde llegó a la Conclusión. Que el 7.8% de los adultos tienen estilo de vida saludable y el 92,2% tienen estilo de vida no saludable.

Así mismos resultados obtenidos en la presente investigación son similares a la Investigación Realizado por la Investigadora Palacios G, (58). En su Investigación Titulada: Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Distrito De Llama-Piscobamba, 2018. En donde informa que el 17.3%. De las personas adultos del Distrito De llama- Piscobamba, 2018, presentan estilos de vida saludable y el 82.7% de las personas presentan estilo de vida no saludable.

Resultado que difieren a la presente investigación realizados en el Caserío Ucu Wellap. Con respecto a la presente investigación son estudios realizados por el investigador. Revilla F, (59). En su Investigación Titulada:

Estilo de vida y factores biosocioculturales del Adulto del Distrito de Jangas—Huaraz 2015. Concluyó que el 79% de las personas adultas presentan. Estilo de vida saludable y un 21% no saludables.

De igual forma contradice a la presente investigación realizada en el Caserío Ucu Wellap. Los Resultado obtenido por el Investigador. Zapata S. (60), en su investigación realizada. Estilo de vida y factores biosocioculturales en comerciantes adultos maduros del mercado Buenos Aires-Nuevo Chimbote 2015. Donde llegó a la conclusión. Que la mayoría de los adultos 84% presentan un estilo de vida saludable, y un 15,9% (31) que son muy pocos las personas que presentan un estilo de vida no saludable

En consideración a la autoras: Marcus N., Araujo T. (61), quien informa que el estilo de vivir es la toma de decisiones en la actuación correcta o incorrecta que manifiesta cada individuo, en los diferentes horarios del día ya sea a la hora de dormir, levantarse, trabajar, estudiar, o la hora de comprar que decides comprar, algo provechoso o algo perjudicial para la salud, de esa forma tener en cuenta de la temperancia en todo momento de la vida ya que todo en exceso es dañino para la salud.

Estar saludable es un conjunto de reflejos de bienestar total, físico mental, emocional social. Que la persona mantiene en su vida diaria, para ello la persona adulta debe tener un control de su inteligencia emocional el manejo de estrés, tener mucha responsabilidad con su salud ya que dependen de sus actos que la persona pueda llegar a enfermar, controlar los actos violentos que agreden al prójimo ya sea físico o psicológicamente. Teniendo en cuenta que

sin darse cuenta ofenden a sus prójimos con sus acciones o con las palabras. Por otro lado, para lograr el bienestar lo más importante es tener conocimiento sobre los autocuidados, para mantenerse saludable es necesario realizar ejercicios diarios, descansar lo necesario, distraerse y otras prácticas saludables (61)

Cuando nos referimos a la Dimensión de Nutrición adecuada en la población Ucu Wellap, Distrito de Independencia – Huaraz – se observó que muchos tienen una alimentación desordenada, explicada en los resultados desordenados, es decir no consumen sus alimentos tres veces al día o fuera del tiempo indicado, a veces no desayunan y si desayunan no almuerzan, muchas veces solo desayunan y cenan por ahorrar tiempo, dinero; sobre todo por la labor que realizan se van muy temprano a sus chacras, los agricultores y los comerciantes se van a vender sus productos.

Los pobladores que salen a su chacra llevan su refrigerio, cancha tostada, trigo, pan y el agua lo beben de las sequias, el almuerzo no lo preparan por la falta de tiempo, ahorro de tiempo y escasez de economía. Inician sus actividades a las seis de la madrugada y terminan su actividad a las ocho de la noche casi nada de tiempo le dan a su alimentación, descanso y ocio necesario su organismo. Los comerciantes que salen a vender almuerzan muchas veces en la calle donde la falta de higiene con que lo preparan los alimentos es evidente. Luego muchos de los participantes a la presente investigación padecen de problemas gastrointestinales tales como infecciones gastrointestinales, gastritis, indigestión, cólico, entre otros problemas

metabólicos del aparato digestivo.

Los comerciantes se preparan desde las tres de la madrugada para ir a trabajar ya sea a la chacra o a vender sus productos. Los pobladores consumen sus alimentos que son papa, maíz, trigo y carne de animales que crían pocas veces, en la mayoría de casos los productos que poseen es para la venta, en algunos casos también se da el trueque con los bienes que poseen en casos compran alimentos no saludables que son perjudiciales para mantener la salud en buenas condiciones a pesar que tienen muchos alimentos de la zona ricos en hierro y fibra, muchas veces consumen para llenarse, mas no para nutrir las células del organismo.

Los alimentos que consumen durante el año en diferentes potajes, se observa el consumo de muchos carbohidratos ocasionado la obesidad y el desorden alimenticio, mayormente las mujeres son amas de casa ya que son las indicadas para cuidar los hijos, para poder solventar sus gastos venden sus productos y con el dinero obtenido adquieren alimentos embolsados como: Gaseosas, galleta azúcar, caramelo chizitos, chicles, aceite, entre otros productos que no son beneficiosos para su salud.

De esta manera no toman consciencia en la compra de productos saludables como la fruta y verdura, alimentos ricos en hierro. Los adultos del Caserío de Ucu Wellap Huaraz-Ancash, crían animales como: Gallina, carneros, cuy, cerdos y en mayor porcentaje es para la venta lo consumen solo en ocasiones festivas, por ejemplo, bautizos, cumpleaños y matrimonios, dando así prioridad a la venta así evitan al beneficio que obtendrían si lo

consumieran de manera continua.

Esta realidad se asemeja con los datos estadísticos a nivel nacional en Perú donde el 70% de los peruanos adultos tienen obesidad y sobrepeso, consumen comidas chátaras el 29%, consumen frituras el 87.1%, entre los jóvenes de 20 a 29 años de edad tienen sobrepeso el 40,6%, entre los jóvenes de 20 a 29 años de edad, en quienes el sobrepeso afecta al 30.7% y la obesidad al 9.9% de ellos. Es decir, un 40.6% (64).

El autor Cruz, E. (62). Afirma que los estilos de vida inadecuadas son causantes de la gran mayoría de enfermedades, o también es un factor de riesgo, es un acto que nos hacen más vulnerable a adquirir las enfermedades, cardiovasculares, infecciosas entre otros. La edad sería otro factor de volverlos más vulnerable frente a las enfermedades ya que los más jóvenes no miden sus actos ni controlan los riesgos, si no que actúan como los animales sobre todo si los padres no les educan bien si carecen de conocimiento sobre la importancia del autocuidado

Según la autora. Velásquez G. (63), Se asume nutrición humana como un proceso en el cual el ser humano utiliza los alimentos para la producción de energía, el crecimiento y el funcionamiento normal de cada órgano y tejido. Esta investigación. Permite al estudiante familiarizarse con temas de la dieta saludable, desde su concepto, característica y la forma de estimar las necesidades de nutrientes con los respectivos valores de referencia sobre requerimientos de nutrientes y calorías. También le facilita la aplicación práctica de los conocimientos adquiridos que le proporcionan elementos de

juicio para llevar acabo tal aplicación.

En mención a Dimensión Actividad y Ejercicio, indica que el comerciante no camina sino se trasladan por medio de una movilidad automovilística, y se mantienen sedentarios en espera de sus clientes. En cuanto a los agricultores caminan hacia sus chacras y realizan más ejercicios forzados, pero no consumen alimentos energéticos ricos en carbohidratos solo consumen sus refrigerios que llevan cancha pan y agua en pocas cantidades. En cuanto a los pastores que pastan sus ganados, de la misma forma están sentados por mucho tiempo esperando a que sus animales se alimenten y las amas de casa se quedan viendo algún programa televisivo de esta manera descuidan la alimentación de sus hijos y su persona, son pocos los que practican algún deporte los fines de semana.

Esta realidad se asemeja con los resultados estadísticos obtenidos a nivel nacional, solo el 39% de los peruanos realizan algún deporte o ejercicios y montan bicicleta mientras el 61% se mantienen sedentarias o no practican ningún deporte, ni caminan, ni montan bicicleta, en la edad escolar solo un 25% de los escolares realizan actividad física, así mismo el 30% no caminan ni montan bicicleta (64).

Según el autor. Rivas E. (65), los ejercicios son beneficiosos como medida preventiva primaria, secundaria en la enfermedad cardiopatías isquémicas también es beneficiosa en los programas de rehabilitación en referencia de la calidad de vida en pacientes con enfermedades coronarias y otras enfermedades cardiovasculares. No solo cardiovasculares sino también

en lo referido al sobrepeso u obesidad.

El control del estrés, en la población de Ucu Wellap, desconocen el control del estrés; mencionan que no escuchó, ese término en su vida y mucho menos conocen técnicas de relajación de manera en que puedan relajarse, refieren que tienen problemas económicos, que la cosecha sea eficiente, entre otros problemas familiares y socioeconómicos existentes es lo que muchas veces hace que las personas se mantengan estresados.

A veces se relajan cuando se van a pastar sus ovejas, ganado vacuno, cerdos y equinos. Algunas veces se cuentan sus secretos con sus vecinos y se ayudan mutuamente a salir del estrés ya que de esta manera desfogando sentimientos negativos. Esta realidad se asemeja con los datos obtenidos del INEI, que el 22,6% se sienten siempre o casi siempre, preocupados, 16,0%, irritables, 14,6% aburridos y un 13,4% tristes (64).

De acuerdo al autor Lazaruz, R. Comprobaron que ciertos rasgos de personalidad, como la autoestima negativa y la percepción de poco apoyo social, predecían un aumento de los síntomas de enfermedad tras varios días de aumento de estrés. Los factores psicosociales como el estrés y el manejo influyen sobre la salud, como afectan el estrés la salud emocional, el manejo, el estrés es muy importante frente a estos problemas. (65).

El estrés constructivo y bueno, el destructivo y malo. Se ha comprobado que los estados emocionales positivos como la alegría, el amor y los esfuerzos positivos como los retos, ayudan la salud emocional, y protegen a la persona de la enfermedad, mientras que los estados emocionales negativos, como la

ira, la envidia y los celos perjudican la salud. Así mismo el estrés puede hacer que te enfermes con enfermedades infectocontagiosas, virales y fúngicas oportunistas (65).

Con respecto a la Dimensión de la Responsabilidad en la salud la población del caserío de Ucu Wellap tiene seguro integral de salud (SIS). Pero no acude al Centro de salud, para que el médico le examine tanto física, psicológico, emocionalmente. Solo lo poseen por cumplimiento, cuando presentan problemas de salud prefieren acudir en las curiosas y chamanes por su preferencia, por la cultura y creencias de la persobna.

En cuanto a la Autorrealización los pobladores de Caserío Ucu Wellap tienen la costumbre de tener autonomía ellos deciden hacer una cosa y lo hacen por su propia voluntad y nadie lo puede obligar a hacer lo que a ellos no le gusta, así mismo tienen normas y costumbres que cumplir desde sus antepasados, como educar a sus hijos para ser hombres de bien, como todo padre desea que sus hijos lleguen a ser profesionales, con la finalidad de superarse económico y socialmente, así evitar la necesidad que en algún momento ellos lo tuvieron.

En los Resultados encontrados y analizados muy pocas personas practican los buenos modales y hábitos saludables y pocos tienen la economía para satisfacer sus propias necesidades, muy poco practican el autocuidado para mantener su salud por las costumbres de malos hábitos adquiridos desde la niñez, el consumo de hábitos nocivos está incrementando. Esta realidad se asemeja con los resultados obtenidos por el INEI en la encuesta de hogares a

nivel nacional, que el consumo de tabaco incremento de 56.7% a 58,5%, en los adolescentes disminuyó de 35,5% a 24,5%, en los jóvenes de 19 a 24 años de edad disminuyó de 64,3% a 58.0%, pero incremento en los jóvenes de 25 a 29 años de edad de 62,3% a 65,6%.(64)

En cuanto a la Dimensión Interpersonal de la presente población los adultos refieren que para realizar los trabajos del campo se apoyan mutuamente con su vecina prevaleciendo el ayni, pero son remunerados con productos o animales, esta práctica lo realiza desde tiempos remotos. Interactúan con sus vecinos, amigos, muchas veces tienen relaciones interpersonales con una comunicación asertiva, en algunos casos tienen una comunicación agresiva, o pasiva.

Esta realidad se asemeja con los datos obtenidos por el INEI. Que la prevalencia de violencia física y psicológica en hogares fue de 81.5%, en la institución educativa 73,85%, en los hogares la modalidad de violencia más frecuente fueron el insulto 91,0%, las amenazas 30,8%, exclusión 27%, discusiones con los padres prohibirles salir y comer 4.5%, la modalidad de violencia física racista fueron los jalones de cabello u orejas 60,1%, golpes 26,9%, y quemaduras con agente físico caliente agua hervida o fuego 2.1% (64).

TABLA 2.

En esta tabla podemos observar los resultados obtenidos con respecto a los factores biosocioculturales realizados a los adultos del Caserío Ucu Wellap Huaraz-Ancash. En el cual podemos apreciar que 41,6% de los

adultos encuestados tienen la edad entre 36 – 59 años, así mismo la mayoría son de sexo femenino con 58,4%, en cuanto al nivel de estudios, 33,4% solo estudiaron secundaria incompleta por que dejaron de estudiar por la falta de economía, con respecto a la religión la gran mayoría profesan o dijeron ser católicos con 79,2%, en el estado civil la mayoría de los participantes manifestaron ser casadas con 35%, con relación a la ocupación la mayoría de las participantes manifestaron ser amas de casa o doméstica y el 50% de las personas adultos manifestaron tener un ingreso económico de 1000 a 599 soles.

El presente trabajo de investigación es similar a los resultados obtenidos por el autor Flores N. (66). En su trabajo de investigación realizado. Estilo de vida y factores Biosocioculturales de los Adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, la Joya – Arequipa, 2018. Donde manifiesta en el factor biológico el 61,1% tienen 36 a 59 años de edad, el 61,1% son femeninas, en el factor cultural coincide que el 32,2% tienen secundaria incompleta y el 67,8% profesan la religión católica, en el factor social el 40,0% son de estado civil unión libre. Pero difieren en la ocupación 64,3% son agricultores y el 61,7% tiene un ingreso económico de 600 a 1000 soles, lo cual se asemejan con la presente investigación realizada.

De la misma manera son similares a los resultados obtenidos por Chávez M. (67). En su trabajo de investigación titulado: Estilo de vida y factores Biosocioculturales del Adulto Mayor, Asentamiento Humano Santa Rosa del Sur, Chimbote, 2015. Concluyó. En factor biológico que 100% son adultos

maduros, 73,3% son de sexo femenino, en el factor cultural. El 77,4% tienen nivel de instrucción primaria completa, el 69,6% manifestaron ser católicos, el 37,8% son de estado civil casado, un porcentaje de 70,5% se dedican a los quehaceres domésticos y los que mencionaron que perciben un ingreso económico de 400 a 650 soles mensuales.

Son los resultados que difieren o contradicen a la presente investigación, son resultados encontrados de parte del investigador García A. (68), en su trabajo de investigación titulada: Estilo de vida y factores Biosocioculturales del Adulto Joven Asentamiento Humanbo Sánchez Milla Nuevo Chimbote, 2015: Donde llega a concluir. Que la mayoría de los participantes de su estudio manifestaron tener de 20 – 35 años de edad. El 75,6% son de sexo femenino, el 63,3% son católicos, el 74,4% tienen secundaria completa. En los factores sociales. El 50,6% son de estado civil conviviente, lo cual difiere a la presente investigación y la mayoría 33,7% tiene ingreso económico de 400 - 650 nuevos soles.

También podemos manifestar que son contrarios los resultados encontrados por Cribillero M, (70). Donde llegó a concluir en respecto a los factores biosocioculturales: Hay más católicos que evangélicos se dedican a diversas ocupaciones, la gran mayoría son de sexo masculino, lo cual contradice a la presente investigación, más de la mitad tienen secundaria completa, la gran mayoría son de unión libre, pocos se casan, lo cual contradice a la presente investigación y la mayoría tienen ingreso económico de 400. 00. Nuevos soles.

Analizando los resultados de los adultos del caserío Ucu Huellap Independencia – Huaraz tiene una edad comprendida entre 36-59 años de edad son adultos. Este resultado es debido a que en el futuro existirá más adultos maduros que niños y personas más jóvenes debido a la planificación familiar que existe por excelencia, también por que las mujeres consumen mucho píldora del día siguiente no llegan a embarazarse por este motivo se previenen los embarazos no deseados, debido a estos métodos de planificación familiar es que se observa la disminución de niños en la zona de estudio por que podemos deducir que en el futuro existirán más personas adultas que niños y jóvenes intermedios se debe posiblemente a que hay un menor número de nacidos debido a la planificación familiar.

La edad se define como el tiempo que la persona vive desde que nace hasta el día que muere, también es tiempo que transcurre desde el nacimiento hasta el día de la muerte, es el tiempo que pasa día a día, año tras año, desde el nacimiento hasta el día de la muerte, por cierto la vida es cercano a la muerte hoy estas vivo mañana puedes estar muerto, hoy naces y pasando mañana te toca morir, el ser humano es ser mortal por naturaleza, los años la edad va avanzando, por suerte las personas llegan a vivir hasta la vejez, pero la mayoría mueren joven por diversos motivos, mientras la edad avanza el ser humano sufre cambios físicos, biológicos, psicológicos, también podemos apreciar el desarrollo de los órganos y sistemas, el crecimiento de las células(34).

En cuanto al sexo podemos analizar que el mayor porcentaje obtenido

son de sexo femenino, se puede deducir que los hombres viajan lejos, la mayoría se van a la selva en busca de trabajo para mandar dinero para sus hijos, y su esposa, también algunos se van a la ciudad de Lima en busca de oportunidades laborales, ya que en Huaraz no hay trabajo seguro solo la venta ambulatoria, además las mujeres más se dedican a los que hacerles de su casa en cambio los hombres son los que mayormente trabajan para ganar el pan de cada día, otro de los motivos de que hay más mujeres que hombres se debe a que nacen más mujeres que hombres, también los hombres mueren más rápido que las mujeres por descuido de su personalidad y hábitos de riesgo, por otro lado se debe al abandono del hogar por parte de los padres irresponsables para irse con otra mujer.

El sexo se puede definir como un conjunto de particularidad lo que diferencia al ser humano de lo femenino a lo masculino, de mujer a varón son características propias del varón y mujer, la diferencia de géneros entre hombres y mujeres, pero con los mismos derechos y deberes de cada persona que es un ser biopsicosocial, la mujer es portador de cromosomas xx y el hombre xy. (49).

Con respecto al estado civil se pudo analizar, que el 35% de los adultos participantes a la presente investigación, manifestaron ser casados, debido a que los adultos tienen una norma ya establecida que cumplir casarse antes de juntarse, por costumbres que se mantiene desde tiempos antiguos. Tiene una idiosincrasia de que no está permitida la convivencia por motivos religiosos y costumbres ancestrales, además el casarse evita quedarse solteras o madres

solteras.

También los participantes al presente estudio son casados debido a que mantiene la costumbre de los antiguos la convivencia va perjudicar la vida espiritual de la persona el matrimonio es realizada por todas aquellas personas de buenos sentimientos sobre todo los días sábados llevan a cabo casi la mayoría de las fiestas matrimoniales, pero en la mayoría de los casos las personas adultas mantienen una relación secreta y a veces son obligados a casarse.

Estado civil puede definir como la condición actual de la persona según el registro civil de acuerdo a la dependencia si tiene o no pareja o en caso contrario la persona puede estar sola o separada, el estado civil aparece desde el momento que la persona se relaciona con la pareja y decide casarse ya sea por lo civil o también por la iglesia, decide convivir por muchos años juntos sin casarse este tipo de condición se le denomina estado civil conviviente, la mayoría se quedan viudas o se separan por diversos motivos por la decisión de separarse o por la muerte de uno de los conyugues (52).

Analizando sobre los resultados con respecto al grado de instrucción de los adultos participantes a la presente investigación se pudo concluir que el 33,4% de los participantes tienen secundaria incompleta, se obtuvo que la mayoría de los participantes al presente estudio tiene secundaria incompleta este resultado es debido a que los adultos participantes a la presente investigación no pusieron de sus parte o no pusieron el interés en el estudio, la mayoría se casaron a temprana edad o llegaron a tener hijos antes de

casarse, a algunos los padres mismos no les mandan a estudiar con la finalidad de hacerles trabajar en sus chacras, otro de los factores para no estudiar o dejar de estudiar es el factor económico, el embarazo en adolescente.

Al grado de instrucción podemos definir como la capacidad que tiene cada persona para retener habilidades, la capacidad de retener los conocimientos adquiridos en el aula, porque no todos tiene la misma capacidad de retención mayormente la mente es frágil la memoria tiende a perder la información aprendida y se olvida fácilmente, estas capacidades adquiridas permiten a la persona humana a desenvolverse mejor frente a la sociedad (51).

Se encontraron informes estadísticos según el INEI en 515 centros poblados rurales por su puesto existe la carencia de Centros educativos ya que el gobierno no se preocupa y en esos lugares los niños se traslada en otros lugares con el fin de superarse pero muchas veces no llegan a terminar sus estudios sobre todo por la falta de economía, ya que estudiar genera mucho gasto, el mayor motivo por lo que dejan de estudiar es el problema económico y otro de los factores seria la necesidad de trabajar, embarazo en adolescente, porque no aprenden nada, etc.

La sociedad en la actualidad cada vez más va de mal en peor mas no una persona instruida siempre tiende a demostrar su cultura, en cambio una persona iletrada muchas veces actúa con ignorancia. Esta realidad se asemeja con los datos obtenidos por el INEI, a nivel nacional la incidencia de

analfabetismo en el año 2015, en la población de 20 - 29 años fue de 1.7%, en la edad de 30 - 39 años 3.6%, en la edad de 40 – 49 años es de 5,6%, de 50-59 años es de 8,4% y de 60 años a mas es de 20.1% (64).

En los resultados analizados sobre la religión se puede apreciar que la mayoría de los adultos participantes a la presente investigación profesan la religión católica debido a las costumbres ancestrales, ya que la religión católica es la más antigua de todas, ellos tienen más fe en el cristo crucificado ya que tienen fe en que les hará muchos milagros es por ello tiene más fe en la religión católica.

A la religión podemos definir como un conjunto de creencias divinas, es conjunto de creencias o dogmas acerca de la divinidad, de sentimientos de veneración y temor hacía normas morales para la conducta individual, social y de prácticas rituales, principalmente la oración y el sacrificio para darle culto a Ser Superior o también para obedecer las leyes divinas ya sea los mandamiento o normas de conducta cristiana (50’).

Esta realidad se asemeja a los resultados obtenidos por el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). Que el 76% dijeron ser católicos Solo el 10% son fieles. La población católica descendió 12% en los últimos 21 años, en 1993 el 79%, de peruanos profesaba esta religión y en 2014 la cifra bajó a 77%, en 1993, el 89% de peruanos formaba parte de la Iglesia católica, Años después, en 2007, la cifra disminuyó al 81%. Hace unos meses, una encuesta realizada por CPI en cinco regiones reveló que los católicos en el Perú representaban el 77% de la población (71).

Analizando la ocupación de los participantes podemos concluir que la mayoría de los adultos son amas de casa con 33,4%, debido a que muy temprana edad llega a tener sus hijos, hijas, no hay quien se quede cuidando sus hijos e hijas las madres se encargan más de los cuidados de los niños y niñas. Por otro lado, existe todavía ese machismo de decir que las mujeres en su casa no deben salir para nada a la calle porque puede aprender cosas negativas, etc. En la mayoría de los casos la mamá es la que cocina los alimentos para los hijos todos los días tres veces por día según la costumbre algunos tienen la costumbre de comer dos veces por día, solo desayuno y cena lo cual es un riesgo para la salud de las personas

En cuanto a la ocupación podemos definir como el oficio o profesión a la que cada ser humano se dedica en su vida diaria, también podemos agregar, que la ocupación es una tarea o actividad que realizan obligatoriamente los seres humanos para obtener el pan de cada día o el producto deseado, la ocupación también es un conjunto de funciones obligaciones y tareas que desempeña una persona en su trabajo, toda ocupación dignifica a la persona humana procede de una tendencia espontánea, innata del ser humano, la urgencia de explicar y dominar el ambiente, se basa en la suposición de que la ocupación es un aspecto crucial de la experiencia humana (53).

En el ingreso económico podemos analizar que la mayoría de los participantes a la presente investigación tiene ingreso económico de 100 a 599. Con un porcentaje de 50%, este resultado es debido a que la mayoría de los participantes al presente estudio no tienen un trabajo seguro, ni tienen una

ocupación estable solo tienen trabajos eventuales como lavar ropas, vender productos, trabajar como empleada doméstica, algunos se dedican a la crianza y venta de animales. Por ello la mayoría solo tiene lo elemental para sobrevivir.

El tipo de ingreso que recibe una persona o una empresa u organización depende del tipo de actividad que realice (un trabajo, un negocio, una venta, etc.). El ingreso es una remuneración que se obtiene por realizar dicha actividad. Por ejemplo, el ingreso que recibe un trabajador asalariado por su trabajo es el salario. Si ésta es la única actividad remunerada que hizo la persona durante un periodo, el salario será su ingreso total. Por el contrario, si esta persona, además de su salario, arrienda un apartamento de su propiedad a un amigo, el dinero que le paga el amigo por el arriendo también es un ingreso. En este último caso, el salario más el dinero del arrendamiento constituyen el ingreso total. Los ingresos pueden ser utilizados para satisfacer las necesidades (54).

V. CONCLUSIONES:

- La mayoría de las Personas Adultas de Caserío Ucu Wellap, tiene estilo de vida no saludable, y muy pocas personas adultas participantes en el estudio, tiene estilo de vida saludable. En cuanto a los Factores Biosocioculturales de los adultos(as). Del Caserío Ucu Wellap, de la provincia de Huaraz. Se observa que la mayoría de los adultos encuestados tienen una edad comprendida entre 36-59 años, más de la mitad de población son de sexo femenino, la mayoría tiene grado de instrucción secundaria incompleta, la mayor cantidad de personas profesan la religión católica, existen más personas que refiere que son de estado civil casado, en cuanto a la ocupación hay más personas que se dedican a labor doméstica de su casa y la mayor cantidad de las personas refieren que tienen un ingreso económico de 100 a 599 soles.
- El ingreso económico que percibe la mayoría de los participantes a la presente investigación es insuficiente para cubrir las necesidades básicas, por ello la mayoría deja de lado la educación, también se observa que la mayoría de las personas no reciben tratamiento sobre las enfermedades que padecen; con posterioridad acuden al Establecimiento de Salud cuando ya se encuentran en estado de gravedad generando, de estas manera, un gasto a los familiares y al Estado.

ASPECTOS COMPLEMENTARIOS

- Concientiza a la población de estudio a practicar hábitos que modifiquen el estilo de vida poco saludable como lo es el modificar los hábitos nocivos de alimentación, evitar conductas de riesgo, realizar actividad ejercicio, realizar examen médico dos veces al año como mínimo, evitar la automedicación y administrar medicamentos solo con indicación médica. Mantener buenas relaciones interpersonales, tener autocontrol sobre la conducta violenta.
- Socializar los resultados de la presente investigación al equipo de Salud del Centro de Salud Palmira tanto a las Autoridades de Independencia Huaraz, Actores sociales como a la Población de riesgo con la finalidad de Promocionar la salud, mediante Estrategias Educativas que concienticen a la Población de estudio adoptar estilos de vida saludable para mantener la salud.
- Promover diferentes Estrategias Educativas, mediante la implementación de un programa preventivo promocional dirigido a los adultos para fomentar estilo de vida saludable, que promueva alimentación saludable, ejercicio físico, técnicas para manejo del estrés. Estrategias de prevención, que contribuyan a evitar abuso de sustancias tóxicas, mantener buenas relaciones sociales.
- Fomentar la implementación de los programas de Prevención y Promoción de la salud dirigidos al Centro de Salud Palmira, con sesiones educativas, de temas interesantes como: Alimentación saludable, actividad de ejercicio físico, manejo de estrés, autocontrol de conductas violentas, consumo de

hábitos nocivos. Utilizando materiales audiovisuales, tomando en cuenta los factores intervinientes en los estilos de vida, con la finalidad de brindar una atención integral.

- A los estudiantes investigadores se recomienda realizar otros estudios de investigación que permitan identificar conductas insanas, de riesgo biosocioculturales relacionados con el estilo de vida. Considerar otros factores que intervienen en la modificación de la conducta de los individuos para lograr el completo bienestar físico, emocional mental y espiritual de la población de estudio.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Tuero, C., Márquez, R. Estilos de vida y actividad física. [Libro en internet]. 3ed. Editorial. Ediciones Díaz de Santos, [Tipo de documento book]. España. [Universidad Católica los Ángeles de Chimbote]. 2010. Pag 38.] [Acceso 35 de setiembre de 2018]. ProQuest Ebook Central, <https://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliocauladechsp/detail.action?docID=3228440>.
2. Díaz, C. Estilos de vida y satisfacción laboral. [Libro en internet]. 2da Edición. Editorial. Universidad Complutense. [Tipo de documento dissertation] Madrid, [Universidad Católica los Ángeles de Chimbote]. 2008. Pg 1 [Acceso 35 de setiembre de 2018]. ProQuest Ebook Central, <https://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliocauladechsp/detail.action?docID=3175913>.
3. Organización Mundial de la Salud. Situación Mundial de las enfermedades no transmisibles. [Online] [Acceso 25 de setiembre de 2018]. Disponible en: https://www.who.int/nmh/publications/ncd_report_summary_es.pdf
4. Organización Mundial de la Salud. Estilos de vida saludable. [Online]. [Campaña de día Mundial de la Salud]. Perú. 2012. Disponible en: <https://www.who.int/world-health-day/2012/toolkit/campaign/es/>
5. Gonzáles, A. Aspectos biológicos, sociales y culturales del ser humano. [Prezi]. 2014. [citado el 12 de junio de 2018]. Recuperado a partir de: <https://prezi.com/-fnc4vbct2uf/aspectos-biologicos-sociales-y-culturales-del-serhumano/>

6. Martínez I, Villezca P. La alimentación. Un estudio a partir de la encuesta nacional de ingresos y gastos de los hogares y de las hojas de balance alimenticio de la FAO. [Sitio internet] Monterrey: Universidad Autónoma de Nuevo León, México. 2005. Pág. 196. [citado el 12 de junio de 2018]. Disponible. en: <https://www.redalyc.org/pdf/402/40280207.pdf>
7. Instituto Nacional de Estadística y Geográfica (INEG). Menos de la mitad de la población realiza en su tiempo libre la práctica de algún deporte o ejercicio físico. [Internet]. [Informe de actividad Física]. Lima. Perú. 2018. [citado el 12 de junio de 2018]. Disponible en: <https://www.inegi.org.mx/>
8. Ministerio de salud (MINSA). [Instituto Nacional de Salud]. Encuesta Nacional de Indicadores Nutricionales, Bioquímicos, Socioeconómicos y Culturales relacionados con las enfermedades crónicas degenerativas. Perú. 2006. [Informe Ejecutivo de la Encuesta]. [Sitio en internet] Pág. 13. [citado 2019 julio 12]. Disponible en: <http://www.ins.gob.pe/insvirtual/BiblioDig/MISC/ENIN/REENIN.pdf>
9. Ministerio de Salud (MINSA). Situación de la salud Ancash. [Informe del gasto]. [Internet]. Dirección Regional de Salud Ancash. – Huaraz. Perú, 2018. [Citado 22 09 2019]. Disponible en: http://www.diresancash.gob.pe/doc_gestion/INDICADORES_DESEMPENO_2017.pdf
10. Instituto Nacional Estadística e Informática (INEI). Prevalencia de enfermedades. Centro de Salud de Palmira. 2017.
11. Laguado E, y Gómez M (11). Estilos de vida saludable en estudiantes de

- Enfermería de la Universidad Cooperativa de Colombia - Sede Bucaramanga. 2016. Colombia. [Universidad Cooperativa de Colombia]. 2014. Volumen 19. pág. 68. [Citado 12 de mayo del 2019]. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v19n1/v19n1a06.pdf>
12. Álvarez G. Andaluz J. (12), Estilos de vida saludable en los Estudiantes internos de enfermería de la Universidad de Guayaquil. 2015. [Proyecto de investigación para optar Lic. en Enfermería]. Guayaquil. [Universidad de Guayaquil Facultad de Ciencias Médicas Escuela de Enfermería]. 2015. URL:<http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/8193/1/TESIS%20ESTILOS%20DE%20VIDA%20SALUDABLE%20EN%20INTERNOS%20DE%20ENFERMERIA%20UG.pdf>
 13. Taco S, Vargas R. Estilos de vida y estado nutricional del adulto mayor en el Distrito de Polobaya. Arequipa, 2015. [Tesis para optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Arequipa: [Universidad Nacional San Agustín de Arequipa;] 2015. [Acceso 12 junio 2018] <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/379>
 14. Ramos C. Estilos de vida y Factores biosocioculturales del Adulto. Sector VI. Chonta. Santa María, 2016. [Tesis para optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote. [Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote]. 2016. [Acceso 12 junio 2018] URL: URL: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/1258/ADULTO_ESTILOS_RAMOS_DAMAZO_CARMEN_ROSA.pdf?sequence=1&isAllowe
 15. Segura L, y Vega J. Estilos de vida del Adulto mayor que asiste al Centro de Salud San Luis – Lima – 2016. [Tesis para optar el Título de Licenciada en

Enfermería]. Lima: [Universidad Privada Arzobispo Loayza] 2017. [Acceso 12 junio 2018] URL: <http://repositorio.ual.edu.pe/bitstream/handle/UAL/56/0024%20Segura%20Barboza%2C%20Leydi%20-%20Vega%20Ygnacio%2C%20Judith%20Milusca.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

16. Flores, N. Estilos de vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, la Joya – Arequipa. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. 2018. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Perú. 2018. [Citado 12 de mayo del 2019]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3072/ADULTO_ESTILO_DE_VIDA_FLORES_TORRES_NOEMI%20_NOELIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
17. Ordeano, C. Estilo de vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Caserío de Queshcap. Huaraz. Chimbote: 2018. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. [Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote]. Perú. 2018. [Citado 2019 mayo 20]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/7783/ESTILO_DE_VIDA_ADULTOS_ORDEANO_FIGUEROA_CAROLINA_MAGDALENA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
18. Villacorta G. (19), Estilos de vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Centro Poblado de Cochac–Huaraz, 2018. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Perú. [Universidad Católica Los Ángeles de

- Chimbote.]. 2018. [Citado 2019 junio 12]. Disponible en:
http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/7552/FACTORES_BIOSOCIOCULTURALES_ADULTOS_VILLACORTA_CHAVEZ_GISSELLA_ELSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
19. Pender N. Promoción de la Salud, Dimensiones en Salud: [SciELO]. [Sitio en Internet]. Enfermería Universitaria [ENEO-UNAM] Vol. 8. 2011. [Citado 10 de junio del 2018]. Disponible en URL:
<http://www.scielo.org.mx/pdf/eu/v8n4/v8n4a3.pdf>
20. Arellano R. Estilos de vida. [Documento en internet]. [Sitio en internet]. [Citado el 12 de julio del 2018]. Disponible desde:
URL:<https://es.scribd.com/doc/12770553/ESTILOS-DEVIDA--SEGUN-ROLANDO-ARELLANO>
21. Gonzales J. Estilos de vida. [Diccionario de Sociología]. [Sitio en Internet]. “Ediciones paulinas. España. 1998. [Citado 2019 julio 15]. Disponible en:
<https://es.scribd.com/doc/105012426/Ediciones-Paulinas-Diccionario-de-Sociologia-01>
22. Organización Mundial de la Salud (OMS). Estrategia Mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud. [Online]. [Citado 2018 junio 23]. URL:
https://www.who.int/dietphysicalactivity/strategy/eb11344/strategy_spanish_web.pdf
23. Gonzales Y. Estilo de vida y Factores Biosocioculturales. [Documento en Internet]. [Master Universitario en Psicología General Sanitaria] Valencia. [Universidad de Valencia]. 2017. [Citado 2018 junio 23]. Disponible en.

<https://www.uv.es/uvweb/universidad/es/estudios-postgrado/masteres-oficiales/oferta-masteres-oficiales/master-universitario-psicologia-general-sanitaria-1285848941532/Titulacio.html?id=1285893369428>

24. Tejera, J. Situación de un problema de salud por Marc Lalonde. [Monografía de internet]. [Sitio Web]. [Citado 2018 junio 11]. URL: <http://www.monografias.com/trabajos56/situacion-salud/situacion-salud.shtml>
25. Villegas O. Promoción, Prevención y Educación para la Salud, estilo de vida. [Un documento de trabajo]. [Sitio Web]. Perú. 2003. [Citado 2018 junio 23]. Disponible en: <http://montevideo.gub.uy/sites/default/files/concurso/documentos/Ed211.paralaSalud-MariaT.Cerqueira.pdf>
26. Vera. R. Adaptación a estilo de vida. [Sitio Web]. [Diccionario de Psicología]. Madrid. Pág. 1. [Citado 15 de junio del 2018]. Disponible en: <http://grupo.us.es/estudiohbsc/images/pdf/formacion/tema2.pdf>
27. Gonzales Y. Estilo de vida y Factores Biosocioculturales. [Sitio Web]. [Master Universitario en Psicología General Sanitaria]. Valencia. 2017. [Citado 2018 junio 23]. Disponible en: <https://www.uv.es/uvweb/universidad/es/estudios-postgrado/masteres-oficiales/oferta-masteres-oficiales/master-universitario-psicologia-general-sanitaria-1285848941532/Titulacio.html?id=1285893369428>
28. Organización Mundial de la Salud (OMS). El envejecimiento y la salud. [Informe]. [Sitio Web]. Perú. 2015. [Citado 2018 junio 15]. Disponible en: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186466/9789240694873_spa.p

df;jsessionid=898ED4CDBCA85194758A41545DA91183?sequence=1

29. Salvador Z. Autocuidado y Educación para la salud. [Serie Internet]. [Sitio web]. [Institución Nacional de Ciencias Médicas Nutrición]. (INCMNSZ). [Citada 2018 junio 01]. Disponibles en URL: <https://www.epsnutricion.com.mx/autocuidado.php>
30. Fernández E. Epidemiología y estilos de vida. [Gaceta Sanitaria.] [Comunicaciones cartel]. 2015. páginas 97-99 14(52).<http://gacetasanitaria.org/es-comunicaciones-cartel-epidemiologia-estilos-vida-articulo-13021542>
31. Bibeau y col. Estilos de vida saludable. [Proyecto número 3. [Sitio en Internet]. 2014. [Citado 2018 junio 15]. Disponible en: <http://proyectonumero3.blogspot.com/>
32. Camacho. C. Estilos de vida. [Sitio en Internet]. [Diapositiva ISSUU]. Universidad Nacional experimental de los llanos centrales. Área Salud. [Programa de Enfermería]. Caracas. 2012. [Citado 2018 junio 12]. Disponible en: https://issuu.com/konsuel/docs/estilos_de_vida
33. Galán, S., y Gutiérrez, E., Camacho J. Estrés y Salud: [Sitio web]. [Tipo de documento Book]. investigación básica y aplicada, Editorial El Manual Moderno, 2012. [Citado 2018 junio 12]. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=567593>
34. Gómez, L y León, A. La responsabilidad de mi salud. [Internet]. Perú. 2016. [Citado 2018 junio 12]. Recuperado a partir de: <http://moncor.com.mx/blog/la-responsabilidad-de-mi-salud/>.

35. Lopategui. E. la Salud como responsabilidad Individual. [Serie Internet]. [Citado el 2018 junio 09]. Disponible en: <http://www.saludmed.com/Salud/CptSalud/CptSaRes.html>
36. Las relaciones interpersonales y el aprendizaje. [sitio web]. [citado 2018 junio 12]. Recuperado a partir de: <https://belenycopi.wordpress.com/las-relaciones-interpersonales-y-el-aprendizaje/>
37. Hernández, A. Autorrealización Personal y Espiritualidad en las condiciones complejas de la sociedad contemporánea. [Ponencia en internet]. Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas, La Habana, Cuba. 2014. p. 41. [Citado 2018 junio 12]. Disponible en: <http://biblioteca.clacso.edu.ar/gsd/cgi-bin/library.cgi?e=d-11000-00---off-0cu%2FcuZz-013--00-1----0-10-0---0---0direct-10---4-----0-0l--11-es-Zz-1---20-about---00-3-1-00-0-4----0-0-01-00-OutfZz-8-00&a=d&cl=CL1.1&d=D6817.2>
38. Escámez J. La Autorrealización Personal. [Libro en internet]. [Universidad de Barcelona] [Citado 2018 junio 12]. Disponible en: <https://books.google.com.pe/books?id=OLmkNYYQi9EC&pg=PA120&dq=Esc%C3%A1mez+J.+La+Autorrealizaci%C3%B3n+Personal.&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjuy-uOuZrmAhXIolkKHxzFC0EQ6AEIKDAA#v=onepage&q=Esc%C3%A1mez%20J.%20La%20Autorrealizaci%C3%B3n%20Personal.&f=false>
39. Sarrate M. Animación e intervención biosocioculturales, [Internet]. [Tipo de documento Book]. Editorial. UNED - Universidad Nacional de Educación a Distancia; 2013. Páginas 343. [Citado 2018 junio 12]. ProQuest Ebook Central,

<https://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliocauladechsp/detail.action?docID=3216622>.

40. Watson G., Gaviria A., Y col. Determinantes Ambientales. [Minsalu.gob]. [Sitio web] Ministerio de salud y protección social. [MINSA]. 2014. [Citado 15 de junio del 2018]. Disponible en: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/SA/referentes-conceptuales-abordajes-determinantes-ambientales.pdf>
41. Pierre R. Estado civil. [Internet]. [Libro de novela] Editorial Gallimard. 1978. [Citado 2018 junio 12]. [Disponible en: <https://books.google.com.pe/books?id=mN0HnOdDS54C&pg=PA7&dq=estado+civil&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwi3xMu6xJrmAhWRjFkKHVu0Cr8Q6AEILjAB#v=onepage&q=estado%20civil&f=false>
42. Colegio; 24hs. La Religión, [Libro en internet]. Editorial Colegio24hs, 2004. Páginas. 28. [Citado 2018 junio 12]. Disponible en: Ebook Central, <https://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliocauladechsp/detail.action?docID=3157501#>
43. Eustac E. Nivel de Instrucción. [Glosario de términos] [Sitio en internet]. [Acceso 04 junio 2018]. Disponible En: https://www.eustat.eus/documentos/opt_0/tema_131/elem_11188/definicion.html
44. Hernández, R. Metodología de la Investigación. [Internet]. [Sitio web]. Editorial Mc Graw Hill. México. 2003. [Citado 2018 junio 12]. Disponible en URL: <http://www.metabase.net/docs/unibe/03624.html>

45. Hernández, R., Metodología de la Investigación. [Libro en internet]. 6ed. Editorial. Mc Graw Hill educación. México. 2011. [Citado 15 de junio del 2018]. Recuperado a partir de: <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
46. Niño V. Metodología de la Investigación: Diseño de la investigación y ejecución. [book Internet]. [Tipo de documento book]. Editorial. Ediciones de la U. [Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote]. 2011. [Citado 2018 junio 12]. Pág. 158. ProQuest Ebook Central, <https://ebookcentral.proquest.com/auth/lib/bibliocauladechsp/login.action?returnURL=https%3A%2F%2Febookcentral.proquest.com%2Flib%2Fbibliocauladechsp%2Fhome.action>
47. Marriner, A. Estilos de vida. [Libro en internet]. 6° Ed. Edit. Elsevier. España. 2000. [Citado 2018 junio 10]. Disponible en: <https://books.google.es/books?id=FLEszO8XGTUC&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false>
48. Fernández M., Castillo T. Definición de Edad. [Diccionario en internet]. [Diccionarios Marítimo Español]. [Citado 2018 junio 10]. Madrid. 1831. Pag 230. Disponible en: <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=deRhAAAcAAJ&oi=fnd&pg=PR3&dq=definicion+de+edad+segun+el+diccionario&ots=0soPh1S9IM&sig=r4tN2p0c8mFxyye75IrDY201PjI#v=onepage&q=definicion%20de%20edad%20segun%20el%20diccionario&f=false>
49. Sexo. Madrid. [Diccionario fácil]. [Sitio en internet]. [Citado el 31 de junio del

2018]. Disponible en: <http://diccionariofacil.org/diccionario/S/sexo-1.html>

50. Guanín S. La filosofía de la Religión. [Libro en Internet]. [Sitio en Internet].

Ediciones abya yala. Ecuador. 1999. [Citado el 2019 noviembre 16]. Disponible en:

https://books.google.com.pe/books?id=30h5Hp5pk_UC&pg=PA45&dq=RELIGION+DEFINICION&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwiUyfzkyJrmAhVG11kKHdp7ARkQ6AEIKDAA#v=onepage&q=RELIGION%20DEFINICION&f=false

51. Arous M. Bosque J. y Col. Nivel de instrucción. [ATLAS]. [Citado 2019 junio.

04]. Disponible en:

<https://books.google.com.pe/books?id=Yyyfx5zfZLAC&pg=PA100&dq=Nivel+de+instruccion&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjUj6SyyprmAhVBjlkKHZekB-EQ6AEIKDAA#v=onepage&q=Nivel%20de%20instruccion&f=false>

52. Anguita J. Registro de Estado Civil. [Libro en internet]. Madrid 1995.

[Citado 2019 junio 25]. Disponible en:

<https://books.google.com.pe/books?id=KekhXEDDpIC&pg=PA14&dq=definicion+de+estado+civil&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjvwrHkpI7mAhWhs1kKHUaUCMwQ6AEINjAC#v=onepage&q=definicion%20de%20estado%20civil&f=false>

53. Maynard J. Teoría General de la Ocupación. [Libro en internet]. 3ed.

Edición definitiva. México. 2001. [Citado 2019 junio 09]. Disponible en:

<https://books.google.com.pe/books?id=eUFkCgAAQBAJ&pg=PA273&dq=definici%C3%B3n+de+ocupaci%C3%B3n&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjypcrNpo7mAhXOuVkkHYxGCFIQ6AEIXTAH#v=onepage&q=definici%C3%B3n>

%20de%20ocupaci%C3%B3n&f=false

54. Chacha J. Los bajos ingresos económicos dificultan los procesos de escolarización. [tesis para optar título en educación]. Ecuador Universidad Tecnológica equinoccial. 2013.
http://repositorio.ute.edu.ec/bitstream/123456789/3027/1/51330_1.pdf
55. Marroquín R. Confiabilidad y validez. [Libro en Internet]. Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle Escuela de Post Grado. Perú. 2013. [citado el 18 de junio del 2019]. Recuperado a partir de:
<http://www.une.edu.pe/Titulacion/2013/exposicion/SESION-4>
Confiabilidad%20y%20Validez%20de%20Instrumentos%20de%20investigacion.pdf
56. Gonzáles M. Aspectos Éticos en la investigación. [Libro en Internet]. Organización de Estados Iberoamericano (OEI). Madrid- España 2002. Pág. 85-103 [Citado 15 de junio del 2019]. Disponible en:
<https://www.redalyc.org/pdf/800/80002905.pdf>
57. León, K. Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto maduro en el A.H. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. 2017. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Perú. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. [Citado 15 de junio del 2019]. Disponible en:
http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3795/ADULTO_MADURO_ESTILOS_DE_VIDA_LEON_TUANAMA_KATERINE_MASSIE_L.pdf?sequence=1&isAllowed=y
58. Palacios G. Estilos de vida y Factores biosocioculturales de los Adultos del

Distrito De LLama-Piscobamba, 2018. [Tesis para optar Licenciada en enfermería]. Perú. [Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote]. 2018. [Citado 15 de junio del 2019]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3345/ADULTOS_ESTILO_DE_VIDA_PALACIOS_MIRANDA_NUEVA_GRABIELA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

59. Revilla, F. Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto del Distrito de Jangas – Huaraz. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Perú. [Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.]. 2015. [Citado 15 de junio del 2019]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/2708/ESTILO_DE_VIDA_FACTORES_BIOSOCIOCULTURALES_REVILLA_CANCAN_FR_EDY_MARTIN.pdf?sequence=1&isAllowed=y
60. Zapata S. “Estilo de vida y Factores Biosocioculturales en Comerciantes Adultos maduros del mercado Buenos Aires - Nuevo Chimbote 2015”. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Perú. [Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.]. 2017. [Citado 15 de junio del 2019]. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/6048>
61. Marcus N., Araujo T. Nuestro Estilo de Vida. [Libro en Internet]. Editorial ink. [Citado 19 de junio del 2019]. Versión 2.0 Disponible En: https://books.google.com.pe/books?id=eMmyDgAAQBAJ&pg=PT262&dq=ESTILO+DE+VIDA&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjD_6rso7mAhWkwVkkHT7IC00Q6AEIMTAB#v=onepage&q=ESTILO%20DE%20VIDA&f=false

62. Cruz, E. Estilo de vida relacionado con la salud. [Sitio en internet]. [Documento en internet]. [Campus Universitario de San Javier]. [Citado el 22 de mayo 2018]. Disponible desde el URL: <https://digitum.um.es/digitum/bitstream/10201/6616/1/estilo%20de%20vida%20y%20salud.pdf>
63. Velásquez G. Fundamentación de Alimentación Saludable. [Libro en Google académico]. Editorial Universidad de Antioquia. Colombia. 2016. [Citado el 22 de mayo 2018]. Disponible en: <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=8eFgywpXq8EC&oi=fnd&pg=PR13&dq=alimentaci%C3%B3n+saludable&ots=7fgrB6TXfC&sig=6fYYfusUtAi1vVGirgJxAuz2KGA#v=onepage&q=alimentaci%C3%B3n%20saludable&f=false>.
64. Instituto Nacional de Salud (INS). Situación de la salud del adolescente y adulto joven. [Informe en internet]. [Sitio en internet]. [Dirección Ejecutiva de Vigilancia Alimentaria y Nutricio por etapas de vida]. Perú. 2017. [Citado el 2019 mayo 22]. Disponible en: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/minsa/4143.pdf>
65. Lazarus, R. Estrés y Emoción: Manejo e Implicaciones en Nuestra Salud. [Libro en internet] Editorial Desclée de Brouwer, 2009. ProQuest E-book Central, <https://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliocauladechsp/detail.action?docID=3194590>.
66. Flores N. Estilos de vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, La Joya –Arequipa, 2018. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Perú. [Universidad

Católica los Ángeles de Chimbote]. 2018. [Citado 15 de junio del 2019].

Disponible en:

http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3072/ADULTO_ESTILO_DE_VIDA_FLORES_TORRES_NOEMI%20_NOELIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

67. Chávez, M. “Estilo de Vida y Factores Biosociales del Adulto Mayor, Asentamiento Humano Santa. Rosa del Sur, Chimbote. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. 2015. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Perú. [Universidad Católica los Ángeles de Chimbote]. 2015. [Citado 15 de junio del 2019]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/8554/ADULTO_MAYORES_ESTILO_DE_VIDA_CHAVEZ_NINATANTA_MARIA_ELEN_LUZMILA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
68. García A., Estilos de vida y Factores Biosocioculturales del Adulto Joven. Asentamiento Humano Sánchez Milla Nuevo Chimbote, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. 2015. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Perú. [Universidad Católica los Ángeles de Chimbote]. 2017. [Citado 15 de junio del 2019]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/5705/ADULTOS_JOVENES_ESTILOS_DE_VIDA_GARCIA_VASQUEZ_AMANDA_SOLEDAD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
69. Cribillero M. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor. Pueblo Joven el Progreso. Chimbote. Universidad Católica Los Ángeles de

Chimbote. 2015. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Perú. [Universidad Católica los Ángeles de Chimbote]. 2015. [Citado 15 de junio del 2019]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/1767/ADULTO_MAYOR_DETERMINANTES_CRIBILLERO_DE_PAZ_MERLY_ARACELY.pdf?sequence=1&isAllowed=y

70. Sausa M. El 76% de peruanos es católico, pero solo el 10% es fiel a la Iglesia. Perú. 2018. [Informe estadístico]. [Sitio en internet] [acceso 2018, 12 07]. <https://peru21.pe/peru/papa-francisco-peru-76-peruanos-catolico-10-fiel-iglesia-391759-noticia/>

ANEXO



ANEXO N° 01

ESCALA DEL ESTILO DE VIDA



Autor: Walker, Sechrist, Pender Modificado

Por: Díaz E.; Reyna, E; Delgado, R (2008)

N°	ITEMS	CRITERIOS			
ALIMENTACIÓN					
1	Come Ud. tres veces al día: desayuno almuerzo y comida.	N	V	F	S
2	Todos los días, Ud. Consume alimentos balanceados que incluyan tanto vegetales, frutas, carne, legumbres, cereales y granos.				
3	Consume de 4 a 8 vasos de agua al día	N	V	F	S
4	Incluye entre comidas el consumo de frutas.	N	V	F	S
5	Escoge comidas que no contengan ingredientes artificiales o químicos para conservar la comida.	N	V	F	S
6	Lea Ud. Las etiquetas de las comidas empaquetadas, enlatadas o conservas para identificar los ingredientes.	N	V	F	S
ACTIVIDAD Y EJERCICIO					
7	Hace Ud., ejercicio por 20 a 30 minutos al menos tres veces a la semana.	N	V	F	S
8 8	Diariamente Ud. Realiza actividades que incluyan el movimiento de todo su cuerpo.	N	V	F	S
MANEJO DEL ESTRÉS					
9	Usted identifica las situaciones que le causan tensión o preocupación en su vida.	N	V	F	S
10	Expresa sus sentimientos de tensión o preocupación.	N	V	F	S
11	Ud. plantea alternativas de solución frente a la tensión ocupación.	N	V	F	S
12	Realiza alguna de las siguientes actividades de relajación tales como: tomar siesta, pensar en cosas agradables, pasear, ejercicios de respiración.	N	V	F	S

APOYO INTERPERSONAL					
14	Mantiene buenas relaciones interpersonales con los demás	N	V	F	S
15	Comenta sus deseos e inquietudes con las demás personas.	N	V	F	S
16	Cuando enfrenta situaciones difíciles recibe apoyo de los demás.	N	V	F	S
AUTORREALIZACION					
17	Se encuentra satisfecho con lo que ha realizado en su vida	N	V	F	S
18	Se encuentra satisfecho con las actividades que actualmente realiza.	N	V	F	S
19	Realiza actividades que fomenten su desarrollo personal.	N	V	F	S
23RESPONSABILIDAD EN SALUD					
20	Acude por lo menos una vez al año a un establecimiento de salud para una revisión médica.	N	V	F	S
21	Cuando presenta una molestia acude al establecimiento de salud	N	V	F	S
22	Toma medicamentos solo prescritos por el médico.	N	V	F	S
23	Toma en cuenta las recomendaciones que le brinda el personal de salud.	N	V	F	S
24	Participa en actividades que fomentan su salud: sesiones educativas, campañas de salud, lectura de libros de salud	N	V	F	S
25	Consumo sustancias nocivas.: cigarro, alcohol y/o drogas	N	V	F	S

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

NUNCA

N = 1

A VECES

V = 2

FRECUENTEMENTE

F = 3 SIEMPRE S = 4

En el ítem 25 el criterio de calificación el puntaje es al

contrario N = 4

V = 3

F = 2

S = 1

PUNTAJE MÁXIMO: 100 puntos

75 a 100 puntos saludable

25 a 74 puntos no saludable



ANEXO N° 02



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

CUESTIONARIO SOBRE FACTORES BIOSOCIOCULTURALES

**DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL CASERIO UCRU WELLAP HUARAZ-
ANCASH 2018.**

AUTOR: Díaz R.; Reyna, E; Delgado, R (2008)

DATOS DE IDENTIFICACIÓN:

Iniciales o seudónimo del nombre de la persona:

.....

A. FACTORES BIOLÓGICOS

¿Qué edad tiene usted?

a) 20 a 35 años () b) 36 – 59 años () c) 60 a más años ()

Marque su Sexo

a) Masculino () b) Femenino ()

B. FACTORES CULTURALES

¿Cuál es su grado de instrucción?

a) Analfabeto(a) () b) Primaria completa ()

- c) Primaria incompleta () d) Secundaria completa ()
e) Secundaria incompleta () f) Superior completa ()
g) Superior incompleta ()

¿Cuál es su religión?

- a) católico (a) b) Evangélico c) Otros

C. FACTORES SOCIALES

¿Cuál es su estado civil?

- a) Soltero(a) () b) Casado(a) () c) Viudo(a) ()
d) Unión libre () e) Separado(a) ()

¿Cuál es su ingreso económico?

- Menos de 100 nuevos soles () De 100 a 500 nuevos soles ()
De 600 a 1000 nuevos soles () De 1000 a más nuevos soles ()

¿Cuál es su ocupación?

- a) Obrero(a) () b) Empleado(a) () c) Ama de casa ()
d) Estudiante () e) Agricultor() f)Otros.....



ANEXO N° 03



VALIDEZ INTERNA DE LA ESCALA ESTILO DE VIDA

Para la validez de la Escala del Estilo de Vida, se aplicó la fórmula R de Pearson en cada uno de los ítems; obteniéndose:

$$r = \frac{N\sum xy - \sum x \cdot \sum y}{\sqrt{N\sum x^2 - (\sum x)^2 \cdot N\sum y^2 - (\sum y)^2}}$$

R-Pearson

Ítems 2	0.41	
Ítems 3	0.44	
Ítems 4	0.10	(*)
Ítems 5	0.56	
Ítems 6	0.53	
Ítems 7	0.54	
Ítems 8	0.59	
Ítems 9	0.35	
Ítems 10	0.37	
Ítems 11	0.40	
Ítems 12	0.18	(*)
Ítems 13	0.19	(*)
Ítems 14	0.40	
Ítems 15	0.44	
Ítems 16	0.29	
Ítems 17	0.43	
Ítems 18	0.40	
Ítems 19	0.20	
Ítems 20	0.57	
Ítems 21	0.54	
Ítems 22	0.36	
Ítems 23	0.51	
Ítems 24	0.60	
Ítems 25	0.04	(*)

Si $r > 0.20$ el instrumento es válido.

(*) Se creyó conveniente dejar ítems por su importancia en el estudio.



ANEXO N° 04



CONFIABILIDAD DE LA ESCALA DEL ESTILO DE VIDA

Resumen del procesamiento de los casos

		N	%
Casos	Válidos	27	93.1
	Excluidos(a)	2	6.9
	Total	29	100.0

A Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
0.794	25



ANEXO N° 05



CONSENTIMIENTO INFORMADO

**“ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES
DE LOS ADULTOS DEL CASERIO UCRU WELLAP HUARAZ-
ANCASH, 2018.**

Yo,.....

acepto participar voluntariamente en el presente estudio, señalo conocer el propósito de la investigación. Mi participación consiste en responder con veracidad y de forma oral a las preguntas planteadas. La investigadora se compromete a guardar la confidencialidad y anonimato de los datos, los resultados se informarán de modo general, guardando en reserva la identidad de las personas entrevistadas. Por lo cual autorizo mi participación firmando el presente documento.

FIRMA:

ANEXO N° 06



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

POBLACIÓN TOTAL DE LOS ADULTOS DEL CASERÍO UCRU WELLAP

HUARAZ-ANCASH, 2019

POBLACION DE ADULTOS	ADULT O JOVEN	ADULTO MADURO	ADULTO MAYOR	TOTAL
	20 – 35 años	36 – 59 años	De 60 a más	
VARONES	15	22	13	50
MUJERES	25	28	17	70
TOTAL	40	50	30	120

FUENTE: INFORME ESTADISTICO: DEL ESTABLECIMIENTO DE SALUD MICRO RED PALMIRA:

Título	Fecha de inicio	Fecha límite de entrega	Fecha de publicación
Actividad IU-5: Informe final - Revisión Tumitin - Sección 1	3 sep 2019 - 00:00	30 nov 2019 - 23:50	16 sep 2019 - 01:50

Resumen:

Estimado estudiante, en esta semana deberá:

- Subir un archivo digital, conteniendo los siguientes elementos: Introducción, Bases teóricas, resultados, análisis de resultados y conclusiones; el cual deberá cumplir con la Política del servicio antiplagio (máximo porcentaje de similitud: 15%)

Nota: Recordar que los trabajos no entregados en la fecha programadas serán calificados con nota cero (00)

Actualizar entregas

Ver recibo digital	Título de la Entrega	Identificador del trabajo de Tumitin	Entregado	Similitud	Entregar Trabajo
	Informe final Taller IV	1179253370	13/11/2019 21:44	7%	

Resumen de conservación de datos [Descargar la app para dispositivos móviles](#)

© 2018. Entorno Virtual Angelino. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

www.softonic.com • 2 min

Esta persona tiene 00
Cotillea los actores mejor pagados.

TURNITIN

INFORME TALLER IV-SIFUENTES

INFORME DE ORIGINALIDAD

6%

INDICE DE SIMILITUD

6%

FUENTES DE
INTERNET

0%

PUBLICACIONES

%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

repositorio.uladech.edu.pe

Fuente de Internet

6%

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias

< 4%

Excluir bibliografía

Activo